

provinciaal sportcentrum  
Puyenbroeck

provinciaal domein  
De Gavers

# Schoolsportdagen

2018-2019



Kleuter-, basis-, secundair  
& buitengewoon onderwijs



## Inhoud

Woord vooraf _____	3
Algemene informatie _____	4
Keuzesporten provinciaal sportcentrum Puyenbroeck (Wachtebeke) _____	7
Keuzesporten provinciaal domein De Gavers (Geraardsbergen) _____	14

## Colofon

Uitgegeven in opdracht van de deputatie van de provincie Oost-Vlaanderen.  
Beleidsverantwoordelijke: gedeputeerde Hilde Bruggeman

samenstelling: sportcentrum Puyenbroeck  
vormgeving: dienst Communicatie  
druk: dienst Aankoop, Transport & Verzending  
publicatiedatum: maart 2018  
depotnr.: D/2017/5139/6

V.u.: H. Bruggeman, gedeputeerde  
p.a. Gouvernmentstraat 1, 9000 Gent



## Heerlijk sporten in klasverband

De Provincie Oost-Vlaanderen is er van overtuigd dat voldoende bewegen leidt tot een betere gezondheid. Daarom wil het provinciebestuur zijn sportinfrastructuur ter beschikking stellen om zoveel mogelijk jongeren en volwassenen in beweging te krijgen. De Provincie ontwikkelde hiertoe een gevarieerd aanbod van competitieve, recreatieve en avontuurlijke activiteiten.

Gaat uw school op sportdag of wil je eens op een andere locatie sporten?

Wij bieden het pakket ‘schoolsportdagen’ aan in twee van onze prachtige provinciale domeinen: het **provinciaal sportcentrum Puyenbroeck** in Wachtebeke en het **provinciaal domein De Gavers** in Geraardsbergen.

Gekwalificeerde sportlesgevers zorgen voor een vlot en veilig verloop.

Aarzel dus niet om je sportpakket samen te stellen en te reserveren.

Ik wens jouw en alle leerlingen een fijne en sportieve ervaring!

Hilde Bruggeman  
gedeputeerde voor Sport

# Organisatie schoolsportdagen

## Doelgroepen

kleuteronderwijs · basisonderwijs · secundair onderwijs · hoger onderwijs · buitengewoon onderwijs

## Periode

Wachtebeke: basis en secundair: **van 1 september tot 30 juni**

kleutersportdagen: **vanaf herfstvakantie tot krokusvakantie**

Geraardsbergen: **van 1 september tot 14 oktober** en **vanaf 1 april tot 30 juni**

## Tarieven

- Sportdagen voor elk budget. De sporten zijn verdeeld in verschillende prijspakketten van 2 uur.
- **Bronzen, zilveren en/of gouden pakket:**
  - begeleiding door monitor: · bronzen pakket 2u: **125 euro**
    - zilveren pakket 2u: **140 euro**
    - gouden pakket 2u: **225 euro**
    - gouden pakket 4u: **425 euro**
    - gouden + pakket 4u: **450 euro**
  - begeleiding door eigen leerkracht: · bronzen pakket 2u: **40 euro**  
(enkel in Puyenbroeck) · zilveren pakket 2u: **60 euro**
- **NIEUW!!** Tornado spelen en Samen Sterk (zie verder in de brochure)
- **De eindafrekening** wordt na de sportdag via factuur overgemaakt aan de school.

## Reservatie

1. **Leg de datum telefonisch vast** in samenspraak met de verantwoordelijke.
  - Puyenbroeck tel. 09 342 42 54
  - De Gavers tel. 054 43 53 51
  - De optie is 1 maand geldig.
2. Bevestig de optie door **een aanvraagformulier** in te vullen.
  - **online aanvraagformulier:** Puyenbroeck: [www.puyenbroeck.be/inschrijven/sportdag](http://www.puyenbroeck.be/inschrijven/sportdag)  
De Gavers: [www.degavers.be](http://www.degavers.be)
  - Na ontvangst van het formulier wordt de sportdag definitief in de kalender opgenomen. Aanpassing kan je tot 2 weken voor de sportdag doorgeven.
  - **maximaal aantal deelnemers per dag:** Puyenbroeck: 250 lln.  
De Gavers: 200 lln.
  - **eten tijdens de middag:**  
in de cafetaria/op het terras nuttigt iedereen een drankje van de cafetaria.  
Enig alternatief is picknicken op een grasveld in het domein.  
**In Puyenbroeck is er tijdelijk geen uitbating in de cafetaria. Er is beperkte binnenruimte beschikbaar. Iedereen brengt zelf zijn eten en drinken mee.**
  - **samenstellen van de sportdag:**  
kies zelf de sporten uit hetzelfde of uit verschillende pakketten.  
hou rekening met de leeftijd, de fysieke en mentale mogelijkheden

3 We sturen het **bevestigingsformulier** op naar de school.

Om organisatorische redenen aanvaarden wij reservaties tot ten laatste **1 maand voor de activiteit**.

## Programma

### Pakketten:

- **sportkeuzes** zijn verdeeld over de verschillende pakketten  
brons, zilver, goud of goud + (zie sportkeuze)  
afhankelijk van de beschikbaarheid worden ze opgenomen in het programma
- een pakket bestaat uit **2 uur sport**
- **max 25 deelnemers per pakket**  
wens je kleinere groepen, dan kan je ook voor meer pakketten kiezen.
- **combineer de pakketten**  
halve dag (2u): kies 1 of 2 sporten uit bronzen, zilveren of een gouden pakket.  
volledige dag (4u): kies sporten voor 4u uit hetzelfde pakket of combineer  
het duurste tarief geldt bij 2 gecombineerde sportkeuzes  
prijsopofferte vragen is mogelijk
- **pakket met begeleiding**  
één gediplomeerde monitor begeleidt de groep  
de verantwoordelijke van de groep helpt mee met de monitor
- **pakket zonder begeleiding**  
een eigen leerkracht van de school geeft de sport aan de leerlingen  
beperkt tot 1 per 4 gekozen pakketten/dagdeel  
het materiaal wordt ontleend vanuit de sporthal (info is beschikbaar)  
zet zelf het materiaal op en breng alles na de activiteit terug  
deze sporten staan in het groen in de rubriek sportkeuzes
- **gouden + pakket**  
enkel voor 4u te boeken  
2 of 4 groepen kunnen deze activiteit doen tijdens de dag.
- **G-sporters**  
de meeste sporten worden aangepast afhankelijk van de beperking (op voorhand melden).

### Dagindeling:

- 09.40 u: briefing sportdag
- 09.45-10.45 u: sportsessie 1
- 11-12 u: sportsessie 2  
middagpauze
- 12.45-13.45 u: sportsessie 3
- 14-15 u: sportsessie 4



### Extra sportmogelijkheden: vanaf 15u (vooraf reserveren, duid aan op aanvraagformulier)

In het domein De Gavers:

zwemmen (2 euro/ll) & minigolven (1,5 euro/ll)

In sportcentrum Puyenbroeck:

- vrij zwemmen van 15 tot 16u (1,60 euro/ll -12j & 2 euro/ll +12j)  
in 2018-2019 is er enkel het overdekt buitenbad, geen recreatie  
afhankelijk van de zwembadbezetting



## Annulaties

- Na ontvangst van het aanvraagformulier wordt de sportdag definitief in onze kalender opgenomen.
- Bij een volledige annulatie rekenen we 15% van het totaal bedrag aan.
- Tot 2 weken voor de sportdag kan je het aantal leerlingen of een sportkeuze nog schriftelijk wijzigen.
- Bij latere aanpassingen of annulaties rekenen we het volledige bedrag van de sportdag aan.

## Algemene info

- **De sportdag valt binnen de schoolverzekering** en wordt ingericht met goedkeuring van de schooldirectie. Elke sportactiviteit staat dus onder toezicht van de leerkrachten van de school.
- **Hoogtouwencours:** (enkel in Puyenbroeck)  
NIEUW!! Extra lus op 4 meter en extra veilig door ons nieuw beveiligingssysteem.
- **Middelhoge enkele lus op 4 meter:**
  - min 1.30 meter groot
  - duurt +/- 1uur/groep van 24 lln
- **Hoge dubbele lus op 9 meter:**
  - min 1.45 meter groot
  - duurt +/- 2uur/groep van 24 lln
- **Nieuwe beveiliging: Smart Belay**
  - niemand kan nog volledig los staan op het parcours
  - de karabijnen communiceren met elkaar als de ene open is blijft de andere gesloten.



### • Tip!

Zoek je een leuke teambuilding of sportieve dag met jouw collega's. Kom onder dezelfde voorwaarden naar sportcentrum Puyenbroeck zoals de schoolkinderen.

# Sportkeuzes basisonderwijs Puyenbroeck

Maak per graad en per pakket de sportkeuzes.

De sporten in het groen kunnen ook door een eigen leerkracht begeleid worden. (max 1 per 4 pakketten)

## 1ste graad basis

### Brons

Atletiek	initiatie verschillende atletiekdisciplines	1 uur	buiten
Bouncebal	hockey met zachte sticks	1 uur	binnen
Fitbal	oefeningen met grote ballen, ook op muziek	1 uur	binnen
Fit is Fun	een fitness dobbelsteenspel	1 uur	binnen/buiten
Minitennis	tennisinitiatie in postjes	1 uur	buiten
Softball	eenvoudiger baseballspel	1 uur	buiten

### Zilver

Ballenmarkt	balvaardigheid, coördinatie, balspelen	1 uur	binnen
Behendigheid	reuzespelen, fietsjes, balanceren, werpen...	1 uur	buiten
Kinderdans (*)	eenvoudige danspasjes, dansexpressie	1 uur	binnen
New Games	netten, parachute, evenwichtsplank, ...	1 uur	binnen
Selfdefence	trek - en duwspelen, gebruik van stootkussens	1 uur	binnen
Trampoline	combinatie van airtrack, mini en maxi-trampolines	1 uur	binnen
Wesco-land	loopspelen, klauteren, ... mbv zachte blokken	1 uur	binnen

### Goud

Lasershooting (Nieuw!!)	leuke spelvormen met infrarood geweren	1 of 2 uur	buiten
-------------------------	--	------------	--------

## 2de graad basis

### Brons

Atletiek	initiatie in verschillende atletiekdisciplines	1 uur	buiten
Baseball	slag- en loopspel in 2 teams	1 uur	buiten
Flagbal	eenvoudige vorm van rugby, dassenroof	1 uur	buiten
Floorbal	hockey met unihoc-sticks	1 uur	binnen
Mini-tennis	tennisinitiatie	1 uur	buiten
Tchoukbal	teamspel, soort handbal naar rechtopstaande doelen	1 uur	buiten

### Zilver

Ballenmarkt	balvaardigheid in verschillende posten	1 uur	binnen
BMX	behendigheid op kleine fietsen en tocht	1 uur	buiten
Circustechnieken	jongleren, evenwicht, behendigheid, ...	1 uur	binnen
Dans (*)	hedendaagse dansjes	1 uur	binnen
Muurklimmen	4 verschillende klimparcours	1 uur	buiten
Selfdefence	trek- en duwspelen, gebruik van stootkussens	1 uur	binnen
Snag-golf	initiatie golf met aangepast materiaal	1 uur	buiten
Trampoline	combinatie van airtrack, mini en maxi-trampolines	1 uur	binnen
Trikke	step op 3 wielen, initiatie en tocht	1 uur	buiten

### Goud

Lasershooting (Nieuw!!)	leuke spelvormen met infrarood geweren	1 of 2 uur	buiten
Middelhoge (Nieuw!!)	hoogte enkele lus 4 meter, dln minstens 1.30m groot touwenparcours	1.15 uur	buiten

### 3de graad basis

#### Bronz

Baseball	slag- en loopspel in 2 teams	1 uur	buiten
Bootcamp (Nieuw!!)	kracht en conditietraining in de buitenlucht	1 uur	buiten
Flagbal	eenvoudige vorm van rugby	1 uur	buiten
Floorbal	hockey met unihoc-sticks	1 uur	binnen
Oriëntatieloop	initiatie kaartlezen, posten zoeken in domein	1 uur	buiten
Streetbasket	initiatie, wedstrijd 3 tegen 3	1 of 2 uur	buiten
Tchoukball	teamspel dat handbal combineert met frisbee	1 uur	buiten
Samen sterk	teambuildingspelen in het domein (zie rubriek)	1 uur	buiten

#### Zilver

BBB (*)	combinatie van spiroefeningen op muziek	1 uur	binnen
BMX (5e en/of 6e lj)	behendigheid met kleine fietsen en tocht	1 uur	buiten
Boogschieten	initiatie doelschieten	1 uur	overdekt
Bumball	balspel: bal vangen met borst of billen	1 uur	buiten
Circustechnieken	jongleren, evenwicht, behendigheid, slackline, ...	1 uur	binnen
Bumperbal	bumper voetbalspel in een bubbel	1 uur	buiten
Golf	initiatie driving	1 uur	overdekt
Kajak	initiatie en tocht op Zuidlede	2 uur	buiten
Kinball	spel met een grote bal, teamspirit	1 uur	binnen
Mountainbike (6e lj)	parcours in het domein, 9km	1 uur	buiten
Muurklimmen	4 verschillende klimparcours	1 uur	buiten
Padel initiatie	racketsport: comb. van tennis en squash	1 uur	buiten
Padel toernooi	initiatie + toernooivorm	2 uur	buiten
Schermen	initiatie, basistechniek en wedstrijdvormen	1 uur	binnen
Selfdefence	trek en duwspelen, gebruik van stootkussens	1 uur	binnen
Step-Aërobics (*)	dansvorm met step op muziek, coördinatie	1 uur	binnen
Teambuilding	samenwerkingsproeven, groepsvorming	1 of 2 uur	buiten
Trampoline	combinatie van airtrack, mini en maxi-trampoline	1 uur	binnen
Tornoospelen	uitdagen in versch teamspelen (zie rubriek)	2 uur	buiten
Trikke	step op 3 wielen, initiatie en tocht	1 uur	buiten

#### Goud

Hoogtoudenparcours	hoogte dubbele lus op 9 meter, min lengte 1.45m	2 uur	buiten
Lasershooting (Nieuw!!)	leuke spelvormen met infrarood geweren	1 of 2 uur	buiten
Middelhoog (Nieuw!!) toudenparcours	hoogte enkele lus 4 meter, min lengte 1.30m	1.15 uur	buiten

(\*) slechts één muziekvorm kiezen voor de hele school





# Sportkeuzes Secundair onderwijs Puyenbroeck

De sporten in het groen kunnen ook door een eigen leerkracht begeleid worden. (max 1 per 4 pakketten)

## Brons

Bootcamp	kracht en conditietraining in open lucht	1 uur	buiten
Frisbee	werp en vangspelen met schijf	1 uur	buiten
Hockey	hockey met echte hockeysticks, wedstrijdvorm	1 uur	buiten
Oriëntatiewandeling	initiatie kaartlezen, posten zoeken in het domein	1 of 2 uur	buiten
Ropeskipping	touwspringen: single rope, double dutch, long rope	1 uur	buiten
Rugby	initiatie, spelvormen	1 uur	buiten
Samen sterk	teambuildingspelen in het domein (zie rubriek)	2 uur	buiten
Streetbasket	initiatie, 3 tegen 3	1 uur	buiten
Werpsspellen	kubb, mólkky, tualoop, crossboccia	1 uur	buiten

## Zilver

BBB (*)	combinatie van spiroefeningen op muziek	1 uur	binnen
Boogschieten	initiatie, doelschieten	1 uur	overdekt
Bumball	balspel: bal vangen met borst of billen	1 uur	buiten
Circustechnieken	jongleren, evenwicht, behendigheids, slackline,...	1 uur	binnen
Bumperbal	bumpervoetbalspel in een bubbel	1 uur	buiten
Golf	initiatie, driving en/of putting	1 of 2 uur	overdekt
Kajak	initiatie, tocht	2 uur	buiten
Kinball	spel met grote bal, teamspirit	1 uur	binnen
Mountainbike (**)	parcours in het domein, 9 km of 24 km	1 of 2 uur	buiten
Muurklimmen	4 verschillende klimparcours	1 uur	buiten
Padel initiatie	racketsport: comb. van tennis en squash	1 uur	buiten
Padel toernooi	initiatie + toernooivorm	2 uur	buiten
Schermen	initiatie, kampvorm/duel	1 uur	binnen
Selfdefence	verdedigingstechnieken, stootkussens	1 uur	binnen
Skike initiatie	comb. van skaten, langlauftechniek en biken, basistechnieken	1 uur	buiten
Step-aërobics(*)	dansvorm met step op muziek, coördinatie	1 uur	binnen
Teambuilding	samenwerkingsproeven, groepsvorming	1 of 2 uur	buiten
Toernooispellen	uitdagen in verschillende teamspelen (zie rubriek)	2 uur	buiten
Trampoline	combinatie van mini en maxi-trampolines	1 uur	binnen
Trikke	step op 3 wielen, initiatie en tocht	1 uur	buiten

## Goud

Arrow Tag	comb. van paintballen en boogschieten	1 of 2 uur	buiten
Highlandgames	comb. van Schotse spelen en teambuildingproeven	1 of 2 uur	buiten
Hoogtouwparcours	hoogste dubbele lus op 9 meter, dln min 1.45m groot	2 uur	buiten
Middelhoog (Nieuw!!) touwparcours	hoogte enkele lus 4 meter, dln min 1.30m groot	1.15 uur	buiten

## Goud+

Lasershooting Pro (Nieuw!!)	elkaar uitschakelen met infraroodstraal tot 100 meter	1 of 2 uur	buiten
-----------------------------	---	------------	--------

(\*) slechts één muziekvorm kiezen voor de hele school;

(\*\*) begeleidende leerkracht fietst mee.

## Sportaanbod:



**Arrow Tag** is een combinatie van het klassieke paintballen en boogschieten. Met een gezichtsmasker op vuur je pijlen met een zachte punt af en schakel je het andere team uit.



**Bumperbal** is een ludieke versie van het alledaagse voetbal. De spelers kruipen in een bubbel, waarmee flinke bumps worden uitgedeeld. Er wordt regelmatig gewisseld want het is intensief. Voor de supporters is het ook gegarandeerd lachen.



**Highlandgames:** de groep wordt in verschillende clans verdeeld. De proeven zijn een combinatie tussen Schotse spelen en ludieke teambuildingproeven zoals paalwerpen, touwtrekken, boogschieten, vaten rollen, hamerwerpen, zakkenloop XL, ...



**Lasershooting:** is toegankelijk voor kinderen van 6 tot 12 jaar. Maak kennis met de pistolen en schiet naar elkaar met onschadelijke infraroodstralen met een bereik van +/- 40 meter.



**Lasershooting Pro** is voor het secundair onderwijs. De geweren hebben een bereik van minstens 100 meter en zijn ingewikkelder in gebruik. Er worden verschillende spelvormen geïntroduceerd. De guns zijn van hoge kwaliteit zodat we in elke weersomstandigheid kunnen spelen.



**Padel:** een nieuwe racketsport met ingrediënten uit tennis en squash. Het speelveld is een rechthoekig terrein omringd met wanden en een laag net in het midden. Een initiatieles duurt 1u, met een toernooivorm erbij wordt dat 2u.



**Skike:** een combinatie van skiën (de langlauftechniek) en biken (vanwege de luchtbanden en de remtechniek). Je houdt de eigen schoenen aan want de skikes worden door velcro aan de benen en voeten vastgemaakt.



## Samen sterk (enkel in Sportcentrum Puyenbroeck)

Een teamleider (leerkracht) gaat een halve dag met een groep van max 15 spelers op pad in het domein Puyenbroeck. Onderweg dagen de verschillende teams elkaar uit tijdens eenvoudige teambuildingsspelen.

Je volgt een uitgestippeld traject met 6 stopplaatsen waar je telkens een uitdaging tot een goede einde brengt. Het nodige materiaal neem je mee in een bolderkar.

De teamleider is verantwoordelijk voor het materiaal, legt de uitdaging uit en verdeelt de teams. Je bepaalt zelf de competitiviteit van de opdracht. Doe het om ter snelst of voer de proef uit op eigen tempo.

**Aantal deelnemers per groep:** max 15 spelers per groep  
max 5 groepen per halve dag

**Leeftijd:** 3e gr basis, secundair en volwassenen

**Budgetvriendelijke kostprijs:** bronzen pakket met eigen begeleiding: 40 euro

**De uitdagingen zijn:** alcoholbril, ballonblazen, helmenrace, nagelen, springslang, trektapijt, big bag zakspringen, kruiwagenrace, steltlopen, dakgotenspel, touwtrekken, ...

**Tip!** Combineer 'Samen Sterk' met een halve dag begeleide sporten of met de 'tornooispelen'.

Combineer 'Samen Sterk' met een fietstocht naar Puyenbroeck.

Pauzeren of picknicken kan je doen tussen de posten door in het domein.

**Let op!!** Er worden standaard geen kleedkamers voorzien om bagage achter te laten.

Bij regenweer is er geen alternatief mogelijk.



# Tornooispelen (enkel in Sportcentrum Puyenbroeck)

**NIEUW!!**

Verschillende teams van 5 spelers dagen elkaar uit in verschillende ploegspelen.

Bepaal zelf de competitiviteit van de spelen.

De ploegspelen zijn: Beachtennis

Bumball

Kan Jam

Kubb

Lacrosse

Rugby

Speedminton

Spikebal

Voetbal

Wackitbal

You-Fo



De toernooileider (eigen leerkracht of monitor) houdt toezicht op het vlotte verloop van de spelen, het gebruik van het materiaal, het doorschuifstelsel en houdt het scoreblad bij.

Info over de sporten krijg je vooraf digitaal doorgestuurd.

**Aantal deelnemers per groep:** max 25 spelers per groep

max 3 groepen per halve dag

**Leeftijd:** 3e graad basis, secundair en volwassenen

**Budgetvriendelijke kostprijs:**

met eigen begeleiding: 1 groep = 1x zilveren pakket = **60 euro**

2 groepen = 2x bronzen pakket = **80 euro**

3 groepen = 3x bronzen pakket = **120 euro**

met monitor: extra kost van **125 euro**

1 monitor nodig voor 1,2 of 3 groepen

begeleidende leerkrachten helpen mee!!

**Tip!** Combineer ‘Tornooispelen’ met een halve dag begeleide sporten of met ‘Samen sterk’.

**Let op!** Er worden geen kleedkamers voorzien om bagage achter te laten.

Bij regenweer is er geen alternatief mogelijk.





## Kleuters in actie

(enkel in centrum Puyenbroeck)

**Periode:** tussen de herfst- en de krokusvakantie

**Prijs:** bronzen pakket 2u: **125 euro**

**Aantal deelnemers per pakket:** - max 20 kleuters  
(minstens 50 tot 100 leerlingen per halve dag)

**Leeftijd:** van 1e tot 3e kleuterklas

### Sportdag

De kleuters doorlopen een aantal posten tijdens de hele/halve dag. De oefeningen/parcours dagen de kinderen uit hun algemene motorische vaardigheden te verbeteren. Klimmen, klauteren, kruipen, rollen, lopen, springen, evenwicht maar ook balvaardigheden komen aan bod. De actievere posten worden afgewisseld met rustigere vaardigheidsspelen.

### Dagindeling:

9.45-12 u: opwarming + posten/doorschuifstelsel

13-15.15 u: posten/doorschuifstelsel + slot

Elk pakket/klas bestaat uit max 20 kinderen. De kleuters worden per pakket in 2 gesplitst. Het ene deel wordt door de monitor begeleid, het andere door een eigen leerkracht. Er wordt onderling met elkaar gewisseld. De nodige info over de organisatie en de posten worden na reservatie uitgelegd.



De technische proeven combineren we met de rustigere posten:

- airtrack/blokken bouwen
- maxi-trampoline/hockey- en bowlingspel
- klimparcours/muziek
- fitballen/rollerparcours
- ballenmarkt/bouncebal (soort hockey)



**Tip!** Combineer een halve dag sporten met een bezoek aan de speeltuin, dierenpark, ...



## Sportkeuzes De Gavers Geraardsbergen

Alle sporten worden door gekwalificeerde monitoren begeleid

### Basisonderwijs

#### Brons

Bouncebal (1e & 2e gr)	hockey met zachte sticks	1 uur	buiten
Bumball (3e gr)	balspel: bal vangen met borst en billen	1 uur	buiten
Flagbal (2e & 3e gr)	vereenvoudigde vorm van rugby	1 uur	buiten
Floorbal (3e gr)	hockey met unihoc-sticks	1 uur	buiten
Frisbee (3e gr)	werp en vangspelen met schijf	1 uur	buiten
Kubb (3e gr)	initiatie, wedstrijdvorm	1 uur	buiten
Minitennis (1e gr)	initiatie	1 uur	buiten
One Wall (3e gr) NIEUW!	soort squash met blote hand tegen 1 muur	1 uur	buiten
Oriëntatie (3e gr)	omloop of steroriëntatie	1 uur	buiten
Rope skipping (3e gr)	initiatie single rope & double dutch	1 uur	binnen/buiten
Softball (1e & 2e gr)	baseball met aangepast materiaal	1 uur	buiten
Strandspelen (2e gr)	aflossingsspelen op het strand	1 uur	buiten
Snaggolf (3e gr)	initiatie golf met aangepast materiaal	1 uur	buiten
Tafeltennis (3e gr)	initiatie	1 uur	binnen

#### Zilver

Circustechnieken (3e gr)	jongleren, evenwicht, behendigheid	1 uur	binnen
Dans (3e gr)	funk, hip-hop	1 uur	binnen
Fitbal(1e & 2e gr)	oefeningen op muziek met grote ballen	1 uur	binnen
Kajak (3e gr)	initiatie	1 uur	buiten
Kinderdans	eenvoudige dansspasjes en dansexpressie	1 uur	binnen
Muurklimmen (3e gr)	klimtechniek, beveiliging	1 uur	buiten
New games (1e & 2e gr)	netten, parachute, wereldbal, rups	1 uur	binnen
Selfdefence (alle graden)	weerbaarheid, trek - en duwspelen	1 uur	binnen
Tennis (2e & 3e gr)	initiatie	1 uur	buiten

## Goud

Highlandgames (3e gr)	comb. van Schotse spelen en teambuildingproeven	2 uur	buiten
Lacross (2e & 3e gr)	een teamsport met een stick 'cross'	2 uur	buiten
Lasershooting (vanaf 1e gr)	schieten naar elkaar met infraroodstralen	1 of 2 uur	buiten
Vlottenbouw (3e gr) (Nieuw!!)	sjor de palen aan elkaar en ga te water	2 uur	buiten

## Secundair onderwijs

### Brons

Baseball	initiatie, wedstrijdvorm	1 uur	buiten
Basketbal	initiatie, wedstrijdvorm	1 uur	buiten
Beachvolley	initiatie, wedstrijdvorm	1 uur	buiten
Bumball (NIEUW!)	balspel: bal vangen met borst of billen	1 uur	buiten
Frisbee	werp en vangspelen met schijf	1 uur	buiten
Hockey	initiatie, wedstrijdvorm	1 uur	buiten
Kubb	initiatie, wedstrijdvorm	1 uur	buiten
Minivoetbal	initiatie	1 uur	buiten
	tornooi	2 uur	buiten
One Wall (NIEUW!)	soort squash met blote hand tegen 1 muur	1 uur	buiten
Oriëntateloop	initiatie kaartlezen + omloop	1 uur/2 uur	buiten
Rope-skippping	initiatie single rope & double dutch	1 uur	binnen/buiten
Rugby	initiatie, wedstrijdvorm	1 uur	buiten
Snaggolf	initiatiegolf met aangepast materiaal	1 uur	buiten
Tafeltennis	initiatie	1 uur	binnen
Triompiste	omloop van 3,5 km, 16 posten	1 uur	buiten

### Zilver

Badminton	initiatie, toernooivorm	1 uur	buiten
Boogschieten	initiatie, doelschieten	1 uur	buiten
Canadese kano	initiatie op plas/Dender	1 uur	buiten
Circustechnieken	jongleren, evenwicht, behendigheid	1 uur/2 uur	binnen
Dans	funk, hip-hop	1 uur	binnen
Kajak (max. 24 lln)	initiatie, tocht	2 uur	buiten
Kinball	spel met grote bal, teamspirit	1 uur	buiten
Minigolf	18 holes	1 uur	buiten
Mountainbike	omloop op het domein	1 uur	buiten
	Muur van Geraardsbergen, Bosberg	2 uur	buiten
Muurklimmen	klimtechniek, beveiliging	1 uur	buiten
Oriëntatie water	kompas, zoektocht met roeiboten	1 uur/2 uur	buiten
Selfdefence	weerbaarheid, trek- en duwspelen	1 uur	binnen
Surfen	gewenning, start/keer, aftuigen	2 uur/4 uur	buiten
Zwemmen	recreatiezwembad met glijbaan	1 uur	zwembad

## Goud

Highlandgames	comb. van Schotse spelen en teambuildingproeven	2 uur	buiten
Lacross	een teamsport met een stick 'cross'	2 uur	buiten
Vlottenbouw (NIEUW!)	Sjor de palen aan elkaar en ga te water	2 uur	buiten

Provinciaal sportcentrum Puyenbroeck  
Puidonkdreef 1, 9185 Wachtebeke  
tel. 09 342 42 54  
[sport.puyenbroeck@oost-vlaanderen.be](mailto:sport.puyenbroeck@oost-vlaanderen.be)

Provinciaal domein De Gavers  
Onkerzelestraat 280, 9500 Geraardsbergen  
tel. 054 43 53 51  
[gavers@oost-vlaanderen.be](mailto:gavers@oost-vlaanderen.be)

