



© 11 juni 2021, 11:00 (CEST)

Nog 100 dagen tot de Senior Games Rotterdam

Rotterdamse senioren kunnen zich vanaf vandaag inschrijven voor de Senior Games Rotterdam.

Deze dag vol sport- en bewegsessies op Sportcomplex Olympia vindt plaats over precies 100 dagen, op maandag 20 september. Senioren in de stad worden ook uitgenodigd om mee te doen aan een van de vele beweegactiviteiten die nu al onder de vlag van de Senior Games worden georganiseerd op verschillende plekken in Rotterdam.

Wethouder Sven de Langen is samen met Sportbedrijf Rotterdam en initiatiefnemers Laurens en Dignus | Vriend van Laurens begonnen met aftellen tot het evenement op 20 september. Het doel van de Senior Games is zoveel mogelijk Rotterdamse senioren in beweging brengen.

Fitter worden

“Bewegen maakt je wereld groter,” aldus Sven de Langen, wethouder Volksgezondheid, Zorg, Ouderen en Sport in Rotterdam. “Je gaat eropuit en ontmoet andere mensen. Ondertussen word je een beetje fitter. En dat is goed voor ieders gezondheid. Gelukkig laten de coronamaatregelen het samen sporten weer toe voor de meeste mensen. Ik nodig de senioren in de stad uit om zich de komende 100 dagen sportief voor te bereiden en natuurlijk mee te doen tijdens de finale van de Senior Games. Alleen, of met hun sportmaatje.”

Beweegactiviteiten

Tijdens de Senior Games op 20 september kunnen deelnemers aan verschillende sporten en activiteiten meedoen. Deze worden georganiseerd op Sportpark Olympia, maar ook op locaties van Laurens is er die dag een speciale sportles. Want de Senior Games zijn voor alle Rotterdamse ouderen: je sport op het niveau dat bij je past, of dat nu licht intensief of wat zwaarder is. Activiteiten zijn bijvoorbeeld stoelyoga, walking football of virtueel fietsendoor Tokio, waar deze zomer de Olympische Spelen worden gehouden. Natuurlijk wordt tijdens de activiteiten rekening gehouden met de op dat moment geldende coronamaatregelen van het RIVM.

Meedoen en voorbereiden

Wie wil meedoen op 20 september kan zich aanmelden op www.seniorgamesrotterdam.nl. Hier staan ook de activiteiten die de komende maanden nog georganiseerd worden bij sportaanbieders in de verschillende Rotterdamse wijken en in de woonzorgcentra van Laurens. Een aantal lessen kunnen senioren ook thuis volgen met een YouTube-link. Voorbereiden op de finale is niet verplicht, maar natuurlijk wel gezonden gezellig.

Initiatiefnemers

De Senior Games Rotterdam zijn een initiatief van Laurens en Dignus | Vriend van Laurens en worden in samenwerking met Sportbedrijf Rotterdam en de gemeente Rotterdam georganiseerd.

Over Sportbedrijf Rotterdam

Ons doel is heel simpel: heel Rotterdam aan het sporten krijgen. Daarom geven we iedereen die wil gaan sporten, een sport wil aanbieden, of een sportief evenement wil organiseren, een plek waar ze dit het beste kunnen doen. Dus of je nu gewoon fitter wilt worden, een plek zoekt waar je samen met je vrienden kunt trainen, of een nieuwe accommodatie zoekt voor je sportvereniging; bij Sportbedrijf Rotterdam vinden je sportambities een thuis.



Sportbedrijf Rotterdam