



Nationale Sportweek

18 t/m 27 september

Welke sport geeft jou een boost?

Ontdek het tijdens de Nationale Sportweek! Vind de sport of vereniging die bij jou past en kom samen met anderen in beweging.



Klaar om iets nieuws te proberen?

Van 18 t/m 27 september staat Assen in het teken van sport, bewegen en plezier. Sportverenigingen openen hun deuren en verschillende sportaanbieders organiseren activiteiten door de hele stad.

Dit vind je in het boekje

Ontdek Asser sportverenigingen en bekijk waar je kunt meedoen. Je ziet direct wat je kunt proberen, voor welke leeftijd en wanneer.

Sommige activiteiten vinden vlak vóór of na de Nationale Sportweek plaats. Zo krijg je extra kansen om mee te doen.

Voor iedereen iets te ontdekken

Er is aanbod voor jong en oud en op verschillende niveaus. Ook als aansluiten bij regulier sportaanbod niet vanzelfsprekend is, zijn er activiteiten waarbij je op jouw manier kunt meedoen. Ook fietsen krijgt volop aandacht. Lees over Route du Nord, de 'Dikke Banden Race' én het TT Fietstival voor schoolklassen op de Juniortrack van het TT Circuit.

Mis het niet!

We beginnen dit boekje waar straks ook de Nationale Sportweek feestelijk start: bij de 4 Mijl van Assen op zaterdag 19 september. Loop mee, probeer verschillende activiteiten uit en bezoek de sportmarkt.

Nieuw dit jaar: de Looping Bikes van Assen Sportstad. Fietsend over de kop? Jazeker! Blader om en ontdek alles over de feestelijke aftrap!

Meer aanbod ontdekken?

Dit boekje laat een selectie zien. Scan de QR-code voor het actuele aanbod en alle activiteiten.



Check snel het
aanbod op
Assen Actief

INHOUDSOPGAVE

Ontdek het hier!

4 Mijl van Assen

Run & Fun

Ontdek de Sportmarkt

Maak kennis met clubs

The Pioneers - Honkbal en Softbal

HBV Chiron - Handboogschieten

Hockeyvereniging Assen (HVA) - Hockey

Asser Roeiclub (ARC) - Roeien

AVO Assen - Korfbal

Achilles 1894 - Voetbal

Badminton Combinatie Assen - Badminton

TV Amelte - Tennis



Blader door. Probeer iets nieuws.

Bij elke vereniging vind je informatie, activiteiten en een QR-code naar het actuele aanbod op **Assen Actief**.

Kids-break

TeamNL Kids

Kleurplaat



Nog meer bewegen!

TRI4you - Triathlon

Route du Nord - EVENEMENT

Omnigym Assen - Gymnastiek

TTV Assen - Tafeltennis

Jumpstyle Assen - GRATIS SPORTLES

TT Fietstival - EVENEMENT

Life Goals Assen - Inclusief sporten

Kids-challenge

Beste beweger van het huis



RUN & FUN!

De 4 Mijl van Assen

Feestelijke aftrap

Op zaterdag 19 september is het weer zover: de 9e editie van de 4 Mijl van Assen! Dit gezellige sportevenement, met start en finish in het Anne Frank Park in de wijk Marsdijk, belooft voor iedereen een dag vol sportplezier te worden. Op deze dag wordt ook de Nationale Sportweek in Assen feestelijk geopend. Bekijk wat er allemaal op het programma staat:

4 Mijl Run: kies jouw uitdaging

Doe mee aan de Kidsrun, CollegeRun of de 4 Mijl. Je kunt individueel starten of samen met je vrienden, familie of collega's.

Doe jij mee voor een snelle tijd of kom je lekker in beweging en geniet je van de route of de mensen langs het parcours?

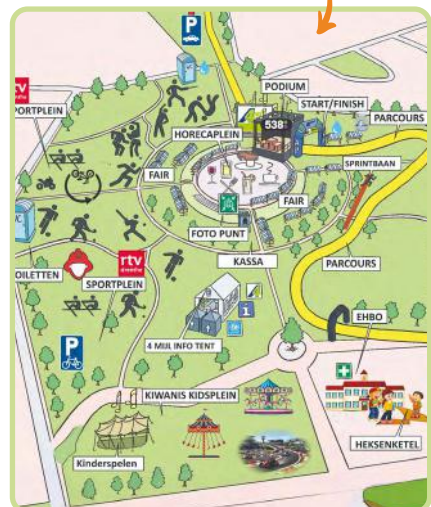
Inschrijven kan t/m 9 september. Op de dag zelf kan je niet meer inschrijven.

4 Mijl Fun: sport met een feestje

Niet meelopen? Ook dan is er veel te beleven:

- een grote fair met leuke kraampjes;
- een kidsplein vol spellen en activiteiten;
- livemuziek en 538 DJ's On Tour;
- de grote RTV Drenthe Sportmarkt, waar tientallen verenigingen zich met leuke activiteiten presenteren.

Check het festivalterrein



Meedoen of meer weten
over de 4 Mijl Runs?
Scan de **QR-code!**



ONTDEK & DOE MEE!

De 4 Mijl Sportmarkt

Welke sport past bij jou?

Op de RTV Drenthe Sportmarkt ontmoet je Asser sportverenigingen en kun je verschillende sporten direct uitproberen. Doe mee aan een challenge, stel je vragen en ervaar welke sport bij jou past.

Veel verenigingen op de sportmarkt vind je ook terug op de volgende pagina's.

Je herkent ze aan de speciale sportmarkt badge:



Elke uitgelichte vereniging in dit boekje heeft een speciaal aanbod klaarstaan waar jong en oud aan mee kan doen. Denk aan proeflessen, open trainingen, clinics of andere activiteiten die zij organiseren in de periode van de Nationale Sportweek.



Meer weten over het 4 Mijl festival?
Scan de **QR-code!**

Nieuw op het sportplein:

De Looping Bikes van Assen Sportstad!

Fietsen, maar dan nét even anders. Stap in de Looping Bikes, maak snelheid en probeer een volledige looping te fietsen.



Ben je minimaal 10 jaar en 1,40 meter lang? Dan mag je het zelf proberen. Blijf je liever met beide voeten op de grond? Daag dan je ouders, familie of vrienden uit!



The Pioneers

Honk- en softbalvereniging

📍 Dijkveldpad 1, Assen

🌐 thepioneers.nl

Informatie

Slaan, gooien, vangen... en gaan!

Bij The Pioneers kun je honk- en softballen van jeugd tot senioren. We hebben honkbalteams van pupillen (8-12 jaar) tot en met senioren. Daarnaast hebben we ook een gemengd recreantenteam softbal voor volwassenen vanaf 18 jaar.

Tijdens de Nationale Sportweek kun je zelf het veld op: train mee, pak een knuppel en ontdek hoe leuk honk- en softbal is.

Een handschoen kun je gewoon lenen!



Aankomende activiteiten

15 september 19.00 - 20.30	Kennismaking met honkbal en softbal (18+)
16 september 19.00 - 20.30	Open training softbal 20-65 jaar (recreanten)
17 september 19.00 - 20.30	Open training honkbal 12-15 jaar (aspiranten)
18 september 19.00 - 21.00	Open training honkbal 18+ (senioren)



Meedoen of
meer informatie?
Scan de **QR-code!**



HBV Chiron

Handboogvereniging

📍 Vredeveldseweg 57, Assen

🌐 hbvchiron.nl

Informatie

Heb je altijd al eens met pijl en boog willen schieten? Ben je nieuwsgierig hoe dat voelt? Kom dan op 26 september tussen 10.00 en 12.00 bij ons langs op de vereniging en we gaan het je laten ervaren.

Twijfel je of de sport geschikt is voor je? Kom het vooral proberen. Heb je vooraf vragen, stuur die dan naar hbvchiron@gmail.com.



Aankomende activiteiten

26 september

10.00 - 12.00

Open dag (ochtend)
bij HBV Chiron



Meedoen of
meer informatie?
Scan de **QR-code!**



Hockeyvereniging Assen

Hockeyvereniging

📍 Mien Ruysweg 3, Assen

🌐 hockeyassen.nl

Informatie

Ben jij op zoek naar een sport vol snelheid, teamwork en plezier? Kom een keer meedoen met hockey bij HVA en ontdek hoe leuk het is! HVA is een gezellige club waar je kunt hockeyen in teamverband op verschillende niveaus en of je nu 5 jaar bent of al 65, er is altijd een team waar je aan kunt sluiten. Kom tijdens de Sportmarkt, open dag of tijdens een proeftraining kennismaken met deze leuke sport. Of je nu al ervaring hebt of voor het eerst een stick vasthoudt - iedereen is welkom!



Aankomende activiteiten

26 september

9.00 - 12.00

Open dag (ochtend)
bij HVA Assen

29 september,

6 en 13 oktober

20.00 - 21.30

Proeftraining hockey
volwassenen
(18+)

30 september,

7 en 14 oktober

16.00 - 16.45

Proeftraining hockey
jongens en meisjes
(5-8 jaar)

30 september,

7 en 14 oktober

16.30 - 17.30

Proeftraining hockey
jongens en meisjes
(9-10 jaar)

30 september,

7 en 14 oktober

17.30 - 18.45

Proeftraining hockey
jeugd
(11-14 jaar)



Meedoen of
meer informatie?
Scan de **QR-code!**





Asser Roeiclub

Roeivereniging

📍 Kanaaldijk 31, Loon  asserroeiclub.nl

Informatie

Wil jij eens kijken hoe een roeiboot er van dichtbij uitziet? Uitvinden dat je je hele lijf gebruikt bij roeien? Meld je dan aan voor één van onze activiteiten of kom langs tijdens de Nationale Sportweek en ervaar dat roeien een fantastische sport is. Wees welkom! Wij zijn een gezellige vereniging voor jong en oud. Of je nu één keer per week wil roeien, af en toe een leuke tocht wil maken of de absolute top wil halen. Bij de ARC is veel mogelijk.



Aankomende activiteiten

21 september Open roeiles jeugd/junioren
16.30 - 18.00 (10-20 jaar)

26 september Open roeiles jeugd/junioren
12.00 - 13.30 (10-20 jaar)



Meedoen of
meer informatie?
Scan de **QR-code!**



AVO Assen

Korfbalvereniging

📍 Martin Luther Kingweg 6, Assen

🌐 avoassen.nl



Informatie

Tijdens de Nationale Sportweek 2026 ben je van harte welkom bij Korfbalvereniging AVO Assen om kennis te maken met de leukste teamsport die er bestaat! Kom een proeftraining meedoen, leer de basis van het korfbal en ervaar hoe leuk het is om samen plezier te maken op het veld.

Of je nu een beginner bent of al ervaring hebt: je bent van harte welkom! We hebben aanbod tijdens de Nationale Sportweek voor kinderen van 3 tot en met 19 jaar oud.



Meedoen of
meer informatie?
Scan de **QR-code!**



Aankomende activiteiten

19 september 10.00 - 10.45	Kangoeroe training (3-6 jaar)
24 september 18.00 - 19.00	Proeftraining korfbal jeugd (6-8 jaar)
22 en 24 sept 18.00 - 19.00	Proeftraining korfbal jeugd (8-10 jaar)
22 en 24 sept 18.00 - 19.15	Proeftraining korfbal (10-12 jaar)
22 en 24 sept 18.00 - 19.30	Proeftraining korfbal (12-14 jaar)
22 en 24 sept 19.00 - 20.30	Proeftraining korfbal (14-16 jaar)
22 en 24 sept 19.00 - 20.30	Proeftraining korfbal (16-19 jaar)



Achilles 1894

Voetbalvereniging

📍 Martin Luther Kingweg 11, Assen

🌐 achilles1894.nl

Informatie

Het kiezen van een voetbalclub is een belangrijke stap, en wij begrijpen dat je goed geïnformeerd wilt zijn. Daarom nodigen we je uit om tijdens de Nationale Sportweek zelf te ervaren wat Achilles 1894 als club te bieden heeft. Kom langs en proef de sfeer! Ontdek onze faciliteiten, ontmoet leden en trainers en stel al je vragen. We hopen je te verwelkomen en samen te laten zien waarom Achilles een geweldige keuze is voor jou. Voor kinderen hebben we een speciaal aanbod: Kaboutervoetbal, samen met leeftijdsgenootjes lekker bewegen met voetbalspelvormen!

Aankomende activiteiten

18 en 25 september

15.30 - 16.30

Kaboutervoetbal
(4-7 jaar)

18, 23 en 25 september

15.30 - 16.30

16.30 - 17.30

Proeftraining voetbal
(5-13 jaar)

22 september

18.00 - 19.00

Meidenvoetbal
(10-18 jaar)



Meedoen of
meer informatie?
Scan de **QR-code!**



Badminton Combinatie Assen

Badmintonvereniging

📍 Wethouder Bergerweg 2B, Assen

🌐 bcassen.nl

Informatie

Iedereen is welkom bij Badminton Combinatie Assen. Heb je altijd al eens willen leren badmintonnen en ben je nieuwsgierig waarom wij de shuttle juist zo snel mogelijk over het net slaan? Kom dan tijdens de Nationale Sportweek langs bij onze club. We laten je graag zelf ervaren hoe leuk onze sport is. Kom vooral ook langs bij de sportmarkt. Onze vrijwilligers vertellen je dan alles over onze sport en laten je graag de sport zelf ervaren.



Wil je graag meedoen
of meer informatie?
Scan de **QR-code!**

Aankomende activiteiten

22 september 18.30 - 19.30	Open training badminton 6-12 jaar (jeugd)
22 september 19.30 - 20.30	Open training badminton 12-18 jaar (jeugd)
22 september 20.30 - 21.30	Open training badminton 18+ (senioren)
24 september 9.00 - 10.00	Open training badminton 18+ (senioren)

'Probeer Badminton'

TIP!

- Vervolg aanbod mini-cursus van 10 lessen
- 6 oktober 2026 t/m 8 december 2026
- Kosten cursus: 25 euro



Tennisvereniging Amelte

Tennisvereniging

Amelte 1, Assen

amelte.nl

Informatie

Maak kennis met tennis tijdens de Nationale Sportweek! TV Amelte biedt een gratis clinic aan zowel voor de jeugd als volwassenen op haar prachtige sportpark gelegen in het Amelterbos. Een ervaren trainer zal de basis van het tennisspel doornemen met de deelnemers. TV Amelte is een laagdrempelige zeer actieve tennisvereniging die tegen lage kosten de mogelijkheid biedt om het hele jaar buiten te tennissen.

Aankomende activiteiten

25 september Clinic Tennis
16.00 - 17.00 6-17 jaar (jeugd)

25 september Clinic Tennis
17.00 - 18.00 18+ (senioren)



Wil je graag meedoen
of meer informatie?
Scan de **QR-code!**

Team KID



mNL
DS





TRI4you Triathlon Drenthe

Triathlonvereniging

📍 Baggelhuizen, Assen

🌐 tri4you.nl

Informatie

Bij Tri4You is iedereen welkom die in clubverband wil zwemmen, fietsen en/of hardlopen. We hebben voor alle leeftijden en niveaus trainingen en dagen onszelf en elkaar graag uit. Bovendien houden we ook van gezelligheid en moedigen elkaar aan tijdens wedstrijden. Bij onze jeugdafdeling is iedereen tussen 8 en 18 jaar van harte welkom om mee te doen. Zien we jou tijdens een van de activiteiten tijdens de Nationale Sportweek?



Aankomende activiteiten

21 september	Proefles triathlon
en 5 oktober	combitraining
18.45 - 20.00	8-17 jaar (jeugd)
23 september	Proefles triathlon fietstraining
19.00 - 20.30	12+ (jeugd en senioren)
24 september	Proefles triathlon looptraining
19.00 - 20.00	8+ (jeugd en senioren)
27 september	Proefles triathlon zwemtraining
19.00 - 20.00	8+ (jeugd en senioren)



Wil je graag meedoen
of meer informatie?

Scan de **QR-code!**

Het leukste fietsevenement van Assen!

ZONDAG 13 SEPTEMBER



Een sportieve opwarmer vóór de Nationale Sportweek: Route du Nord

Op zondag 13 september staat de Baggelhuizerplas in het teken van fietsen. Tijdens Route du Nord ontdek je de mooiste paden en natuur van Drenthe. Van recreatieve tot ervaren fietsers; iedereen kan meedoen!

Speciaal voor de kinderen

Tijdens de 'Rabo Dikke Banden en Loopfiets Race' kunnen kinderen van 2 t/m 12 jaar gratis meedoen aan een echte wielervedstrijd op hun eigen fiets. Iedereen rijdt in zijn eigen leeftijdscategorie op een veilig afgesloten parcours. Na afloop ontvangt iedere deelnemer een medaille én een uniek Rabo Dikke Banden Race T-shirt.

Leer mountainbiken

Tijdens de gratis MTB-clinics leer je onder begeleiding van ervaren instructeurs de basis van het mountainbiken of verbeter je jouw techniek. Er zijn clinics voor kinderen en volwassenen.

Geen mountainbike? Via de organisatie kun je vooraf informeren naar de mogelijkheden om een fiets te huren.

Voor de echte kilometermakers

Er zijn ook langere mountainbike- en gravelroutes van 65, 70 en 120 km en een uitdagende 6-uursrace. Met het evenement wordt geld ingezameld voor het Jeugdfonds Sport & Cultuur Drenthe. Zo help je mee om sporten mogelijk te maken voor kinderen bij wie thuis minder geld beschikbaar is.

Kom fietsen, beleven én fietsen voor een goed doel tijdens Route du Nord – hét fietsevenement van het Noorden!

 routedunord.com



Meedoen of meer informatie over de Dikke Banden én Loopfiets Race? Scan de **QR-code!**

Informatie

Bij Omnigym Assen ben je van harte welkom om kennis te maken met onze gezellige en actieve vereniging! Wij bieden voor jong en oud een breed aanbod, zoals freerunning, gymnastiek, volleybal, turnen, trampolinespringen, G-gym, ClubExtra en Fit & Vitaal lessen. Of je nu recreatief wilt bewegen of sportief wilt groeien op jouw eigen niveau, bij ons staan plezier, samen sporten en jezelf ontwikkelen centraal. We hopen je binnenkort te ontmoeten en laten je graag ervaren hoe leuk sporten bij Omnigym Assen is. Het aanvragen van proeflessen is het hele jaar door altijd mogelijk!

Aankomende activiteiten

11 en 25 sept 14.30 - 16.00	Open turntrainingen 4-7 jaar (jeugd)
21 september 16.00 - 17.00	Kleutergym 4-5 jaar (jeugd)
22 september 16.00 - 17.00	G-Gym 6-17 jaar (jeugd)
22 september 16.00 - 17.00	Freerunning 6-8 jaar (jeugd)
17.00 - 18.00	9-10 jaar (jeugd)
18.00 - 19.30	11-12 jaar (jeugd)
19.30 - 21.00	13+ (jeugd en senioren)
24 september 15.00 - 16.00	Trampolinespringen 6-8 jaar (jeugd)



Wil je graag meedoen
of meer informatie?
Scan de **QR-code!**



TTV Assen

Tafeltennisvereniging

📍 Vredeveldseweg 57, Assen

🌐 ttvassen.nl

Informatie

Ontdek tafeltennis bij TTV Assen! Ben je benieuwd naar tafeltennis? Kom dan vrijblijvend langs op zaterdagochtend 26 september! Of je nu jong bent of wat ouder, beginner of al eens gespeeld hebt: iedereen is welkom om kennis te maken met deze snelle, leuke en verrassend veelzijdige sport. Tafeltennis is sportief, gezellig en geschikt voor alle leeftijden. Kom gerust kijken, meedoen of gewoon eens sfeer proeven bij een van onze aankomende activiteiten. Wij hebben er zin in — hopelijk zien we jou ook!

Aankomende activiteiten

26 september 10.00 - 12.00	Open dag (ochtend) bij TTV Assen
17, 21, 24 en 28 september 18.00 - 21.00	Proeflessen tafeltennis 6+ (jeugd en senioren)



Wil je graag meedoen
of meer informatie?
Scan de **QR-code!**

GRATIS SPORTLES



TIPS
&
TRICKS



JARIGE GRATIS!

VIER JE KINDERFEESTJE BIJ
JUMPSSTYLE EN DE JARIGE SPRINGT
HELEMAAL GRATIS!*



INFORMATIE
KINDERFEESTJE



IMPRESSIE
LESSEN



AANMELDEN
SPORTLES



NIEUW DIT JAAR

TT Fietstival

Voor de basisscholen in Assen

Op donderdag 24 september vindt de allereerste editie van het TT 'Fietstival' plaats op de Junior Track van het TT Circuit Assen. Speciaal voor leerlingen uit groep 6, 7 en 8.

'Wanneer de lichten op groen springen, is het tijd voor actie!'

Leerlingen gaan de uitdaging aan op de Junior Track en ontdekken hoe leuk fietsen kan zijn. Wie rijdt het snelst over het circuit? Wie weet het langst in balans te blijven tijdens de slowbike? En wie durft een rit op de driftbike aan? Daarnaast kunnen leerlingen zich uitleven op de pumptrack en krijgen alle leerlingen een rondleiding over het legendarische TT Circuit van Assen.

Een unieke kans om een kijkje achter de schermen te nemen op een locatie die normaal gesproken voorbehouden is aan topsporters en coureurs.

Deze dag draait niet alleen om sportief plezier, maar ook om bewustwording rond veilig fietsgedrag, op een van de meest iconische sportplekken van Assen!



Datum: Donderdag 24 september 2026

Locatie: Juniortrack, TT Circuit Assen

Voor wie: Basisscholen in Assen, groep 6 t/m 8

Aanmelden kan niet zelf: de inschrijving verloopt via school. Je juf of meester meldt jouw klas aan; houd de mededelingen van school dus goed in de gaten!

OVER LIFE GOALS ASSEN

Life Goals Assen is er voor inwoners van Assen die om verschillende redenen een steuntje in de rug kunnen gebruiken om mee te doen, actief te worden en nieuwe stappen te zetten. Bijvoorbeeld statushouders, mensen met een psychische kwetsbaarheid of anderen die zich in een kwetsbare positie bevinden.

Sport voor perspectief

Het draait niet om presteren of winnen, maar om contact maken, zelfvertrouwen opbouwen en werken aan persoonlijke doelen. Onder begeleiding van een Maatschappelijk Sportcoach ontdek je wat bij jou past en verleg je stap voor stap je grenzen, op het sportveld én daarbuiten.

Wil jij ook in beweging komen?

Ontdek de activiteiten van Life Goals Assen en kijk wat bij jou past. Er is ruimte om op jouw eigen niveau mee te doen en stap voor stap aan jouw doelen te werken.

Benieuwd naar het totale sportaanbod?

Ga naar assenactief.nl/lifegoals of scan de QR-code



Life Goals Assen is een samenwerking tussen Assen Sportstad, Life Goals Nederland, zorgorganisaties en sportaanbieders. Samen willen we meer mensen letterlijk én figuurlijk in beweging brengen. Want bewegen kan helpen om je sterker te voelen, nieuwe mensen te ontmoeten en weer vertrouwen te krijgen in wat je kunt.



BESTE BEWEGER VAN HET HUIS

9 CHECKPOINTS / 9 PUNTEN



! START JE BEWEEGRROUTE

Daag iemand uit. Opdracht gehaald? Kleur 1 routepunt.

1

LAVA CHALLENGE



Maak een route van kussens.
Race naar de overkant zonder de vloer te raken.

+1 PUNT

2

SOKKEN SNIPER



10 sokkenballen, 1 wasmand.
Wie scoort het meest? Zet de mand steeds verder weg.

+1 PUNT

3

NINJA SPIEGEL



Doe elkaars bewegingen
precies na. Wie lacht of uit balans raakt, verliest.

+1 PUNT

4

KRABBen-ROOF



Loop als een krab, pak 1 schat
en breng hem terug. Wie
verzamelt de meeste?

+1 PUNT

5

SPRING-KAMPIOEN



Spring 30 sec. over een lijn.
Alleen goede sprongen tellen.
Extra: op een been.

+1 PUNT

6

BALLON BATTLE



Houd samen de ballon hoog.
Halen jullie 25, 50 of zelfs 100
tikken?

+1 PUNT

7

DIEREN-RACE



Kies een dier en race zoals dat
dier. Wie wint de meeste
rondes?

+1 PUNT

8

BOWLING MASTER



Zet flessen neer als kegels.
Ieder krijgt 3 worpen. Wie gooit
de meeste om?

+1 PUNT

9

BEREN-BALANS



Op handen en knieën: duw
alleen zacht tegen schouder of
heup. Wie wint 2 van 3?

+1 PUNT

FINISH / MIJN SCORE

Tegen: _____

1

2

3

4

5

6

7

8

9



Kom bij ons langs tijdens de Nationale Sportweek in Assen



Bekijk alle activiteiten in het sportboekje

Of kijk voor nog meer informatie, nieuwe verenigingen of
extra sportieve activiteiten op Assen Actief.