

### Woordje vooraf

Afgelopen jaar hebben we een wisseling gehad in het bestuur. Wilma van Geel is de nieuwe secretaris en Ine Blauwhof de nieuwe penningmeester. Hierbij wil ik Ireen van der Voort en Gerrie Maas bedanken voor hun diensten van de afgelopen jaren.

Wilma en Ine, heel veel succes bij het uitvoeren van jullie taken. Ik ben er erg blij mee dat we weer op volle toeren vooruit kunnen. De overdracht is gelukkig prima verlopen. Het dagelijks bestuur wordt aangevuld door twee bestuursleden: Lilian Staps en Bas van Loosdrecht zullen aanwezig zijn bij de bestuursvergaderingen.

In 2025 hebben we weer een vol programma met sportieve activiteiten:

- In de zaal en het zwembad onder de bekende begeleiding van de deskundige therapeuten;
- Eind mei een fiets/wandeltocht naar de top van de Grand Ballon. Een mooie uitdaging die voor de zesde keer wordt georganiseerd. Er gaan zo'n 50 deelnemers mee;
- Sportieve fietsers trainen wekelijks op de Wielerbaan Pijnenburg;
- Voor de grotere afstanden fietsen we maandelijks zo'n 50 km rondom Tilburg;
- In het najaar is de 5<sup>e</sup> editie van het Fietsklavertje.

In dit woordje vooraf wil ik gelijk gebruik maken van de mogelijkheid om alle vrijwilligers te bedanken die op dit moment actief zijn binnen de Stichting. Wij waarderen hun ondersteuning enorm. Einde van het jaar willen we hen in het zonnetje zetten.

Veel leesplezier en vooral sportplezier bij Omni Sportief.

Hans Pouwer, voorzitter

### Weekplanning Omni Sportief

Iedere week kun je deelnemen aan één of meer van de volgende activiteiten:

- Zaal sport op maandagochtend in de Drieburcht;
- Bewegen in warm water op dinsdagochtend en donderdagavond in de Drieburcht;
- Fitness op dinsdagavond bij Fysio Sport en Therapie aan de Benatzkystraat 38.

Deze activiteiten staan bekend als 'Bewegen Op Locatie' (BOL). Meer informatie vind je op onze website: [Omnisportief.nl](http://Omnisportief.nl)

- Op woensdag einde van de middag kun je meedoen aan de fietstraining op de Pijnenburg Wielerbaan in de Reeshof.

Meer informatie vind je op onze website: [Omnisportief.nl](https://omnisportief.nl)

### Maandelijkse fietstocht

Maandelijks (op de laatste zondag van de maand) worden fietstochten georganiseerd van 25 of 50 km. De eerstvolgende fietstocht is op zondag **30 maart**. Wil je meer informatie of meedoen en je ontvangt nog geen maandelijkse uitnodiging? Stuur een mail naar [omnifiets@omnisportief.nl](mailto:omnifiets@omnisportief.nl)

### Grand Ballon



Op **donderdag 29 mei tot en met zondag 1 juni 2025** gaan we naar de Grand Ballon. Heb je hierover vragen? Stuur een mailtje naar [grandballon@omnisportief.nl](mailto:grandballon@omnisportief.nl)

### Fietsklavertje 2025 naar Utrecht



De organisatie van het Fietsklavertje is weer gestart. Het is gelukt om voor 2025 weer een nieuwe geschikte locatie te vinden. We gaan naar het Nivonhuis Koos Vorrink in Lage Vuursche, een prachtige bosrijke omgeving in de provincie Utrecht. Dit jaar een midweek van **dinsdag 2 sept tot en met vrijdag 5 sept**. Inschrijvingen starten in het voorjaar.

## Noodcontactgegevens opgeven

Vind je het belangrijk dat Omni Sportief weet hoe je naaste bereikt kan worden in geval van nood? Zo ja, stuur een mail naar [secretaris@omnisportief.nl](mailto:secretaris@omnisportief.nl) met daarin de volgende gegevens: je eigen naam, de naam van je naaste, zijn/haar mobiel nummer en de relatie van je naaste (bv. echtgenoot, zus, vriend, etc.).

## Uniek sporten

Uniek sporten is een initiatief van Fonds Gehandicaptensport in samenwerking met het ministerie van VWS. Het doel is om van sporten en bewegen voor mensen met een beperking de normaalste zaak van de wereld te maken. Veel gemeentes maken gebruik van deze stichting. Omni Sportief heeft korte lijnen met de sportcoaches van de gemeente Tilburg die voor Uniek Sporten werken. Deze coaches sturen regelmatig nieuwe deelnemers door naar onze stichting.

Daarnaast bieden zij de mogelijkheid om hulpmiddelen tijdelijk uit te lenen zoals fietsen en rolstoelen voor het aangepast sporten. Voor meer informatie [www.unieksporten.nl](http://www.unieksporten.nl)

## Valpreventietraining

Omroep Tilburg heeft eind 2024 een reportage gemaakt over de valpreventie training op de praktijk van Fysio Sport en Therapie. De reportage kun je hier bekijken:

<https://www.omroep Tilburg.nl/regio/tilburg/ouderen-krijgen-valpreventie-in-tilburg-noord-ik-weet-nu-mijn-balans-te-vinden/>