

0-6 jarigen

Sport- en beweegaanbod

Meer dan

30

activiteiten

alle beweegactiviteiten voor uw kind in de buurt!



Gemeente

EDAM

VOLENDAM

Inhoud

Versie 2, laatste wijziging 12 juni 2026

04

AANBOD EDAM

05

AANBOD VOLENDAM

12

AANBOD VOORMALIG ZEEVANG

14

BEWEEGPLIEZIER VOOR THUIS



Introductie

Beweegplezier van 0 tot 6 jaar

Wist u dat bewegen al vanaf dag één een enorme boost geeft aan de ontwikkeling van jonge kinderen? Niet alleen voor hun motoriek, maar ook voor hun taal, zelfvertrouwen en manier van leren. Juist in de eerste levensjaren leggen kinderen de basis voor alles wat ze later gaan doen, zoals rollen, rennen, klimmen, spelen en ontdekken.

Daarom heeft de gemeente Edam-Volendam het sport- en beweegaanbod verzameld voor alle kinderen van 0 tot 6 jaar.

Dit boekje bestaat uit twee delen:

1. Het georganiseerde aanbod in onze gemeente. Alle activiteiten die u samen met uw kind kunt volgen: van peutergym tot zwemles, van dans tot balvaardigheid.
2. Beweegplezier voor thuis. Eenvoudige, speelse beweegtips en ideeën die u direct kunt gebruiken in en rondom huis. Dit kunt u doen zonder materiaal, zonder planning, gewoon tijdens de dag.

Benieuwd hoe uw kind meer kan bewegen, spelen en groeien? Blader door het boekje en ontdek wat er allemaal mogelijk is, zowel in de gemeente als thuis.



DANSEN

3,5-6 jaar

Kleuterballet

Spelenderwijs maken kleuters kennis met muziek, dans, expressie en creativiteit. Vanuit thema's als dieren, sprookjes en liedjes oefenen ze op een speelse manier de basis van ballet.

-  **Maandag:**
15.30 - 16.15 uur
-  **La-Danse**
Achterhaven 87a
1135 XT Edam
-  **06 293 374 47**
info@la-danse.nl

DANSEN

6 jaar

Klassiek ballet

Een dansvorm waarin techniek en sierlijkheid een grote rol spelen. Tijdens deze les worden oefeningen aan de barre en 'au milieu' gedaan, waarbij extra aandacht is voor coördinatie, beheersing en uitvoering.

-  **Maandag:**
16.15 - 17.00 uur
-  **La-Danse**
Achterhaven 87a
1135 XT Edam
-  **06 293 374 47**
info@la-danse.nl

DANSEN

5-6 jaar

Streetdance kids

Tijdens de les leren kinderen iedere week een stukje dans. Plezier staat voorop.

-  **Woensdag:**
15.15 - 16.15 uur
-  **De Singel**
Burg. Versteeghsingel 5b
1135 VT Edam
-  **Dans & Training**
Leeflang Koning
06 127 719 88
info@danstrainingleeflang
koning.nl

**VOETBAL**

4-6 jaar

Kleutervoetbal

Tijdens deze les ligt de nadruk op spelplezier en beweging.

-  **Zaterdag:**
09.00 - 10.00 uur
-  **EVC, Veld C**
Keetzijde 20
1135 VX Edam
In de wintermaanden wordt er getraind in het Bolwerck.
-  **Edamse Voetbal Club EVC**
0299 321 703
ledenadministratie@evc-
edam.nl

MUSICAL

6 jaar

Musical

Tijdens deze les leert uw kind de basis uit het musical vak. De kinderen ontwikkelen zelfvertrouwen en een conditie om te zingen en te dansen.

-  **Vrijdag:**
15.45 - 16.45 uur
-  **La-Danse**
Achterhaven 87a
1135 XT Edam
-  **06 293 374 47**
info@la-danse.nl

ZWEMMEN*0-3 jaar***Gezinszwemmen**

Tijdens gezinszwemmen kunt u deelnemen aan (groeps)spelletjes en zijn er speelattributen beschikbaar waar uw kind mee kan spelen.

Let op: kinderen zonder begeleiding mogen niet deelnemen.

-  Zaterdag: 10.00 - 12.00 uur
Zondag: 09.00 - 11.30 uur
-  Zwembad De Waterdam
Harlingenlaan 25
1131 JP Volendam
-  0299 365 003
info@waterdam.nl

ZWEMMEN*Vanaf 4 jaar***ABC-zwemmen**

Zwemlessen met het doel om de A, B of C diploma te halen.

-  Maandag:
15.45 - 18.00 uur
18.00 - 18.45 uur
 - Dinsdag:
15.45 - 18.00 uur
 - Woensdag:
12.30 - 18.00 uur
 - Donderdag:
15.45 - 18.00 uur
18.00 - 18.30 uur
 - Vrijdag:
15.45 - 18.00 uur
 - Zaterdag:
10.00 - 13.00 uur
10.00 - 13.45 uur
-  Zwembad De Waterdam
Harlingenlaan 25
1131 JP Volendam
 -  0299 365 003
info@waterdam.nl

ZWEMMEN*3 maanden - 2 jaar***Baby- en Peuterzwemmen**

Tijdens Baby- en Peuterzwemmen ontdekt uw kind samen met u spelenderwijs de mogelijkheden van het water.

-  Dinsdag:
10.00 - 10.30 uur
(3-9 maanden)
10.30 - 11.00 uur
(9 maanden - 2 jaar)
- Donderdag:
10.00 - 10.30 uur
(3-9 maanden)
10.30 - 11.00 uur
(9 maanden - 2 jaar)
-  Zwembad De Waterdam
Harlingenlaan 25
1131 JP Volendam
-  0299 365 003
info@waterdam.nl

ZWEMMEN*2-4 jaar***Kleuterzwemmen**

Tijdens kleuterzwemmen bent u samen met uw kind met water bezig. Door allerlei spelvormen leert uw kind de grondbeginselen van het zwemmen.

-  Woensdag: 10.00 - 10.30 uur
Donderdag: 11.00 - 11.30 uur
Vrijdag: 10.30 - 11.00 uur
-  Zwembad De Waterdam
Harlingenlaan 25
1131 JP Volendam
-  0299 365 003
info@waterdam.nl






GYM

1-2 jaar

Dreumes Gym

Tijdens de dreumesgym worden de basisbeginselen van bewegen geoefend om de motoriek van kinderen te verbeteren. Na de eerste les wordt beoordeeld door de kinderfysiotherapeut en ergotherapeut of de les passend is voor uw kind.

-  Woensdag: 09.00 - 09.30 uur
-  Kids & Health Center Volendam
Pieterman 9
1131 PW Volendam
-  06 160 609 40
info@kidsenhealthcentervolendam.nl



GYM

2-4 jaar

Ouder en Kind Gym

Middels een speels beweegprogramma leren kinderen spelenderwijs alle basisbeginselen van bewegen.

-  Maandag:
09.00 - 09.45 uur
09.45 - 10.30 uur
- Dinsdag & woensdag:
09.00 - 09.45 uur
09.45 - 10.30 uur
10.30 - 11.15 uur
- Donderdag:
09.00 - 09.45 uur
09.45 - 10.30 uur
- Vrijdag:
08.45 - 09.30 uur
09.30 - 10.15 uur
10.15 - 11.00 uur
-  St. Mauritius Volendam
Omdraai 1
1131 PJ Volendam
-  recreatie@mauritiusvolendam.nl

GYM

4-6 jaar

Basis Gym

Bij Basis Gym ontdekken kinderen met plezier allerlei manieren van bewegen. Zo bouwen ze aan een brede basis voor sport en spel.



-  Woensdag:
14.00 - 15.00 uur (4-5 jaar)
15.00 - 16.00 uur (6 jaar)
16.00 - 17.00 uur (6 jaar)
- Zaterdag:
12.00 - 13.00 uur (4-5 jaar)
13.00 - 14.00 uur (6 jaar)
-  St. Mauritius Volendam
Omdraai 1
1131 PJ Volendam
-  recreatie@mauritiusvolendam.nl

GYM

4-6 jaar

Jongensgym

Bij jongensgym ontdekken kinderen met plezier allerlei manieren van bewegen. Zo bouwen ze aan een brede basis voor sport en spel.




-  Dinsdag:
16.00 - 17.00 uur
-  St. Mauritius Volendam
Omdraai 1
1131 PJ Volendam
-  recreatie@mauritiustvolendam.nl

GYM

4-6 jaar

Kanjergym

Deze les is voor kinderen die graag willen gymmen, maar in de gewone les niet goed mee kunnen komen (motoriek niet op niveau of grote groep onprettig). Streven is om de kinderen later weer door te laten stromen naar Basis Gym.

-  Zaterdag:
09.30 - 10.15 uur
-  St. Mauritius Volendam
Omdraai 1
1131 PJ Volendam
-  recreatie@mauritiustvolendam.nl



VOETBAL

4-5 jaar

Kabouter voetbal

Deze groep speelt nog geen officiële wedstrijden. Tijdens deze les ligt de nadruk op spelplezier en beweging, zonder de druk van competitie.

-  Woensdag:
13.00 - 14.00 uur
14.00 - 15.00 uur
-  RKAV Volendam
Julianaweg 3a
1131 CX Volendam
-  0299 364 164
info@rkav-volendam.nl

VOETBAL

4-6 jaar

Athletic kleuter skilss

Voetbal Veertien biedt een les aan vol spelletjes en uitdagende oefeningen.

-  Woensdag:
16.00 - 16.45 uur
-  Sporthal de Seinpaal
Harlingenlaan 23
1131 JP Volendam
-  Voetbalclub Veertien
info@voetbalveertien.nl

DANSEN

2-3 jaar

Peuterdans

Tijdens deze les wordt er gewerkt met thema's. Uw kind wordt meegenomen in het verhaal en leert de basisbewegingen van dans en muziek op een speelse manier.

-  Woensdag:
15.50 - 16.30 uur
-  Juuls Studio
Europaplein 2
1131 ZK Volendam
-  info@juuls-studio.nl

DANSEN

4-5 jaar

Kleuterdans

Tijdens deze les wordt er gewerkt met thema's. Uw kind wordt meegenomen in het verhaal en leert de basisbewegingen van dans en muziek op een speelse manier.

-  **Woensdag:**
15.00 - 15.45 uur
-  **Juuls Studio**
Europaplein 2
1131 ZK Volendam
-  **info@juuls-studio.nl**

DANSEN

1,5-4 jaar

Peuter dans

Tijdens Peuterdans werken de kinderen op speelse wijze aan hun motoriek. Ze rennen, rollen en springen op muziek en gebruiken daarbij materialen zoals ballen en hoepels.

-  **Woensdag:**
09.30 - 10.15 uur
- Zaterdag:**
09.30 - 10.15 uur
10.15 - 11.00 uur
-  **Bounce by Lize**
Julianaweg 72
1131 DC Volendam
-  **06 515 456 21**
info@bouncebylize.nl

DANSEN

4-5 jaar

Kids dance

Tijdens de les leren kinderen op speelse wijze iedere week een stukje dans. Plezier staat voorop.

-  **Maandag: 15.30 - 16.15 uur**
- Dinsdag: 15.30 - 16.15 uur**
- Woensdag: 15.25 - 16.10 uur**
-  **Bounce by Lize**
Julianaweg 72
1131 DC Volendam
-  **06 515 456 21**
info@bouncebylize.nl

DANSEN

6 jaar

Streetdance/Hiphop

Tijdens de les leren kinderen op speelse wijze iedere week een stukje dans. Plezier staat voorop.

-  **Maandag & dinsdag:**
16.15 - 17.10 uur
- Woensdag:**
16.10 - 17.05 uur
- Donderdag:**
15.30 - 16.25 uur
-  **Bounce by Lize**
Julianaweg 72
1131 DC Volendam
-  **06 515 456 21**
info@bouncebylize.nl

DANSEN

1,5-4 jaar

Peuter plezier

Dansen, zingen, springen en vooral het samen plezier maken staat centraal tijdens deze les. De motoriek komt spelenderwijs aan bod.

-  **Zaterdag:**
10.00 - 10.45 uur
-  **Dans & Training**
Leefflang Koning
Omdraai 1
1132 PJ Volendam
-  **06 127 719 88**
info@danstrainingleefflangkoning.nl



DANSEN

4-6 jaar

Streetdance kids

Tijdens de les leren kinderen iedere week een stukje dans. Plezier staat voorop.

-  **Maandag:**
15.45 - 16.45 uur (4-5 jaar)
- Woensdag:**
13.00 - 14.00 uur (5-6 jaar)
- Donderdag:**
15.40 - 16.40 uur (6 jaar)
-  **Dans & Training**
Leeflang Koning
Omdraai 1
1132 PJ Volendam
-  **06 127 719 88**
info@danstrainingleeflang
koning.nl

DANSEN

6 jaar

Breakdance

Tijdens de les leren kinderen iedere week een stukje dans. Plezier staat voorop.

-  **Zaterdag:**
09.00 - 10.00 uur
-  **Dans & Training**
Leeflang Koning
Omdraai 1
1132 PJ Volendam
-  **06 127 719 88**
info@danstrainingleeflang
koning.nl

YOGA

4-6 jaar

Kinderyoga

Tijdens de les ontdekken kinderen op een speelse manier yoga-oefeningen. Ontspanning en plezier staan centraal.

-  **Woensdag:**
15.15 - 16.15 uur
-  **Dans & Training**
Leeflang Koning
Omdraai 1
1132 PJ Volendam
-  **06 127 719 88**
info@danstrainingleeflang
koning.nl

KICKBOKSEN

5-6 jaar

Kickboksen

Tijdens deze les trainen ouders samen met hun kind. Op een speelse manier doen zij oefeningen en werken zij aan hun conditie, kracht en zelfvertrouwen.

-  **Vrijdag:**
17.00 - 18.00 uur
-  **Sportcentrum B-Active**
Slobbeland 40
1131 AB Volendam
-  **0299 407 853**
info@sportcentrumb-
active.nl

JUDO

3-6 jaar

Ouder-Kind Judo

Samen met uw kind leert u de basisvormen uit het judo. Samen rollen, schommelen, stoeien en vooral plezier maken!

-  **Zaterdag:**
09.45 - 10.15 uur
-  **Budocentrum Fun & Fit**
Omdraai 1
1132 PJ Volendam
-  **06 514 949 48**
info@funenfit.com



JUDO

3-6 jaar

Judo kleuters

Op een leuke, speelse manier leert uw kind de basis van judo. Uw kind leert veilig stoeien, vallen en weer opstaan.

-  Woensdag: 14.15 - 15.00 uur
Vrijdag: 15.45 - 16.30 uur
Zaterdag: 10.15 - 11.00 uur
-  Budocentrum Fun & Fit
Omdraai 1
1132 PJ Volendam
-  06 514 949 48
info@funenfit.com

HANDBAL

5,5-6 jaar

Handbal: F jeugd/mini's

In deze les wordt spelenderwijs verschillende bal oefeningen gedaan. Ook worden er lichte handbaloefeningen geoefend.

-  Woensdag: 15.00 - 16.00 uur (Sporthal Opperdam)
Donderdag: 15.30 - 17.00 uur (Sporthal Seinpaal)
-  **Sporthal de Seinpaal**
Harlingenlaan 23
1131 JP Volendam
-  **Sporthal Opperdam**
Heideweg 4
1132 DB Volendam
-  HV Kras Volendam
06 390 799 88
info@handbalvolendam.nl

SPORT EN SPEL

4-5 jaar

Sport en Spel

Bewegen, spelen en plezier maken in een veilige en gezellige omgeving. Onder begeleiding van een ervaren juf leren kinderen spelenderwijs bewegen, samenwerken en zelfvertrouwen opbouwen.

-  Woensdag:
13.00 - 13.45 uur
-  Sportcentrum Atlas
Gravelandstraat 66
1131 JK Volendam
-  06 299 362 282
info@sportcentrumatlas.nl

HANDBAL

4-6 jaar

Handbal: kabouters

In deze les wordt spelenderwijs verschillende bewegingsvormen geoefend. De les is nog niet gericht op handballen en de groep speelt geen wedstrijden.

-  Woensdag:
14.00 - 15.00 uur
-  Sporthal Opperdam
Heideweg 4
1132 DB Volendam
-  HV Kras Volendam
06 390 799 88
info@handbalvolendam.nl





Een vraag over opgroeien of opvoeden?

Het CJG denkt graag met u mee!

Opgroeien gaat met mooie momenten, maar soms ook met vragen. Het Centrum Jeugd en Gezin (CJG) Edam-Volendam is er voor ouders met kinderen van 0 tot 18 jaar voor advies, een gesprek of laagdrempelige hulp.

U kunt bij ons terecht met vragen over slapen, eten, zindelijkheid, gedrag, opvoeding, school, puberteit, groepsdruk en veranderingen in het gezin, zoals scheiding.

Wij kijken samen met u wat past bij uw vraag en gezin. Vaak is één gesprek al genoeg om verder te kunnen. U bent welkom met elke vraag. Op onze website vindt u informatie, tips, cursussen en bijeenkomsten.

 Wieringenlaan 1a Volendam, naast supermarkt de Vomar

Meer informatie

Wilt u meer informatie? Kijk dan op de website ons CJG via cjgedamvolendam.nl of scan de QR-code.



 centrum voor
jeugd en gezin
Edam-Volendam

GYM

1,5-4 jaar

Ouder en kind gym

Door middel van een speels beweegprogramma leren kinderen spelenderwijs alle basisbeginselen van bewegen.

-  Dinsdag:
09.30 - 10.15 uur
-  Sporthal de Groote Molen
Seevancksweg 93
1474 HT Oosthuizen
-  Gymnastiekvereniging Olympia
06 221 724 49
olympiaoosthuizen@gmail.com

GYM

4-6 jaar

Recreatie turngroep

In deze les leren kinderen op leuke en speelse wijzen verschillende turnvormpjes zoals de koprol en radslag.

-  Dinsdag:
16.00 - 17.00 uur
-  Sporthal de Groote Molen
Seevancksweg 93
1474 HT Oosthuizen
-  Gymnastiekvereniging Olympia
06 221 724 49
olympiaoosthuizen@gmail.com

JUDO

4-5 jaar

Kleuter judo

Onder deskundige leiding leren judoka's alle facetten van de judosport op zowel recreatief- als wedstrijdniveau.

-  Donderdag:
16.15 - 16.45 uur
-  Sporthal de Groote Molen
Seevancksweg 93
1474 HT Oosthuizen
-  Judoschool Cees Veen
06 209 935 95
ceesveen@quicknet.nl

JUDO

5-6 jaar

Judo: A Pupillen

Tijdens deze les leren judoka's alle facetten van de judosport op zowel recreatief- als wedstrijdniveau.

-  Donderdag:
16.45 - 17.30 uur
-  Sporthal de Groote Molen
Seevancksweg 93
1474 HT Oosthuizen
-  Judoschool Cees Veen
06 209 935 95
ceesveen@quicknet.nl



VOETBAL

4-6 jaar

Voetbal: kabouters

In deze les ligt de nadruk op spelplezier en beweging. Deze groep speelt nog geen wedstrijden

-  Woensdag:
16.30 - 17.30 uur
-  V.V. Oosthuizen
Sportlaan 1
1474 RZ Oosthuizen
-  06 150 926 89
secretaris@vvoosthuizen.nl

GYM

2-5 jaar

Nijntje beweegdiploma

Middels verschillende beweegvormpjes, zoals klimmen, klauteren en rollen wordt op een veilige en leuke manier de ontwikkeling van jonge kinderen gestimuleerd.

-  Zaterdag:
09.00 - 10.00 uur
-  Gymnastiekvereniging Hercules
Edammerdijkje 15
1472 GC Middelle
-  contact@gvhercules.nl

GYM

6 jaar

Kindergym

Door speelse bewegingen zoals klimmen, kruipen en rollen worden jonge kinderen op een veilige en leuke manier uitgedaagd in hun ontwikkeling.

-  Donderdag: 14.45 - 15.45 uur
Zaterdag: 10.00 - 11.00 uur
-  Gymnastiekvereniging Hercules
Edammerdijkje 15
1472 GC Middelle
-  contact@gvhercules.nl



Wat helpt jonge kinderen om hun motorische vaardigheden te ontwikkelen?

1. Variatie: hoe meer verschillende bewegingen, hoe beter het brein leert.
2. Herhaling: honderden herhalingen zijn nodig voordat een vaardigheid echt blijft hangen.
3. Vrij spel: ongeorganiseerd spel is de grootste leerschool.
4. Uitdaging: kinderen moeten vallen, klimmen, proberen en mislukken.
5. Plezier: plezier is de motor van motivatie en ontwikkeling.

Begin bij het dagelijkse ritme

Veel ouders denken dat ze extra tijd moeten maken om hun kind te laten bewegen. Maar jonge kinderen bewegen vooral in kleine momenten. Gebruik deze momenten bewust, en uw kind haalt de beweegerichtlijn vanzelf.

Het zit in:

- Hoe u de dag start
- Hoe uw kind speelt
- Hoe u van A naar B gaat
- Hoe u rustmomenten afwisselt

Maak bewegen vanzelfsprekend

Voor kinderen is bewegen geen aparte activiteit, maar een manier van leven. Als ouder kunt u dit versterken door bewegen normaal te maken.

Voorbeelden:

- Laat uw kind zelf lopen in plaats van dragen
- Maak van wachten een speelmoment: springen, draaien, balanceren
- Gebruik tuin, stoep of woonkamer als mini-speelplek

Bouw korte momenten in

Bewegen hoeft niet lang te duren. Korte prikkels zijn perfect voor jonge kinderen.

Voorbeelden:

- Twee minuten dansen tijdens het koken
- Vijf minuten klimmen op de bankkussens
- Twee minuten tikkertje in de gang
- Eén minuut springen tussen schermtijd



Gebruik de omgeving als speelveld

U hoeft geen speeltuin te zoeken. De wereld is een speeltuin.

Voorbeelden:

- Stoeptegels als hinkelbaan
- Bank als klimobject
- Trap voor krachttraining
- Bos of park voor balans, springen en rollen

Minder stilzitten is vaak belangrijker dan méér bewegen

De grootste winst zit in het doorbreken van lange stilzitmomenten. Vooral bij schermtijd.

Praktische tips:

- Zet een timer op 20–30 minuten
- Laat uw kind even springen, rennen of rekken
- Wissel zitten af met staan of bewegen

Geef het goede voorbeeld

Kinderen kopiëren gedrag. Als u beweegt, beweegt uw kind mee.

Voorbeelden:

- Samen dansen
- Samen wandelen
- Samen opruimen (met beweging!)
- Samen gek doen

Focus op plezier, niet op prestatie

Voor jonge kinderen is plezier de motor van ontwikkeling. Als het leuk is, doen ze het vaker en langer.

Voorbeelden:

- Laat uw kind kiezen
- Volg hun fantasie
- Maak het speels
- Vier kleine successen





Ontdek Your Talent!

Bij Your Talent kunnen kinderen en jongeren van 4 tot 18 jaar hun talenten ontdekken en ontwikkelen. Elke week zijn er leuke en leerzame activiteiten op het gebied van sport, creativiteit, cognitie, techniek en sociale vaardigheden.

Ook kinderen van 4 tot 6 jaar kunnen meedoen aan spel en beweegactiviteiten, zoals klimmen, wateractiviteiten en pleinspelletjes.

Voor kinderen die extra ondersteuning nodig hebben, zijn er prikkelarme activiteiten. Voor kinderen met kenmerken van begaafdheid is er het Next Level naschoolse aanbod.

Er worden activiteiten georganiseerd in alle kernen van de gemeente.

Meer informatie

Wilt u meer informatie over alle activiteiten? Kijk dan op de website van Your Talent via yourtalent.org of scan de QR-code.

