

Dit project wordt mede mogelijk gemaakt door:



## Behoeftetepeiling Bewegdorp Meeden

Met deze vragenlijst willen wij de sportdeelname en interesses/behoefte voor nieuw of verstrekt beweegaanbod onder inwoners van Meeden in beeld brengen.

Om u persoonlijk te kunnen informeren over deze activiteiten vragen wij u om onderstaande gegevens in te vullen. De gegevens worden niet aan derden verstrekt en worden alleen gebruikt voor Bewegdorp Meeden. Per woning ontvangt u 4 formulieren. Heeft u meer nodig? Neem contact op met Johan Mulder, secretaris Dorpsraadcoöperatie Meeden. Zijn telefoonnummer is: 06-29003074.

Naam : \_\_\_\_\_ man / vrouw

Adres : \_\_\_\_\_ Postcode : \_\_\_\_\_

Leeftijd : \_\_\_\_\_ Telefoon : \_\_\_\_\_ E-mail : \_\_\_\_\_

### 1. Vragen over sportdeelname

Komende vragen gaan over uw sportdeelname. Met sport wordt bewust sporten en bewegen met bepaalde motieven bedoeld. Enkele voorbeelden van deze motieven zijn plezier hebben, gezelligheid, goed voor de gezondheid en voor de prestatie.

#### 1.1. Beweegt of sport u meerdere uren per week individueel? Zo ja, hoe?

..... uren wandelen  
..... uren fietsen  
..... uren skeeleren  
..... uren anders, namelijk .....

#### 1.1.A Doet u aan sport in verenigingsverband (svp aankruisen juist antwoord)?

( ) Ja (ga door naar vraag 1.2)  
( ) Nee (ga door naar vraag 1.6)

#### 1.2 Aan welke sportactiviteit(en) doet u?

( ) Voetbal	( ) Handbal	( ) Jeu de boules
( ) Gym	( ) Fietscross	( ) Hardlopen (solo)
( ) Volleybal	( ) Volksdansen	( ) Anders, namelijk:
( ) Tennis	( ) Wandelen	.....
( ) Badminton	( ) Fietsen	.....

### 1.3 Van welke sportvereniging(en) bent u lid?

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Voetbalvereniging Meeden  | <input type="checkbox"/> Tennisvereniging Tiolo         |
| <input type="checkbox"/> Gymnastiekvereniging Volo | <input type="checkbox"/> Hengelsportvereniging De Munte |
| <input type="checkbox"/> Damclub Meeden            | <input type="checkbox"/> Manege De Vennehoeve           |
| <input type="checkbox"/> Anders, namelijk: .....   |   |

### 1.4 Hoe vaak sport/beweegt u gemiddeld per week?

- 1 - 2 x per week
- 3 - 4 x per week
- 5 - 6 x per week
- Meer dan 6 x per week

### 1.5 Hoeveel uur sport/beweegt u gemiddeld per week?

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 0 - 1,5 uur per week | <input type="checkbox"/> 4,5 - 6 uur per week    |
| <input type="checkbox"/> 1,5 - 3 uur per week | <input type="checkbox"/> Meer dan 6 uur per week |
| <input type="checkbox"/> 3 - 4,5 uur per week | (ga door naar vraag 1.7)                         |

### 1.6 Zo nee, waarom sport u niet? (meerdere antwoorden mogelijk)

- Ik vind sporten niet leuk
- Ik heb geen tijd
- Ik vind het te duur
- Ik kan niet sporten vanwege een blessure/mijn gezondheid
- Ik vind de sporten in mijn dorp en omgeving niet leuk
- Anders, namelijk .....
- .....

### 1.7 Zou u vaker willen sporten?

- |                              |   |
|------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> Ja  | <input type="checkbox"/> 1x extra in de week          |
| <input type="checkbox"/> Nee | <input type="checkbox"/> 2x extra in de week          |
|                              | <input type="checkbox"/> Meer dan 2x extra in de week |

## 2. Sportinteresse

Naast het bekende sport- en beweegaanbod heeft de Dorpscoöperatie Meeden de volgende ideeën om nieuw sportaanbod op te zetten. Die willen we testen onder de inwoners. Wij adviseren onderstaande lijst door te lezen en dan de sporten aan te kruisen waar uw interesse naar uit gaat.

## 2.1 Vernieuwend sportaanbod

- ( ) **Aerobics** - Work-out op muziek waarbij kracht, flexibiliteit en coördinatie worden getraind.
- ( ) **Basketbal** - Balspel waarbij wordt gescoord als de basketbal in de basket van de tegenstander wordt gegooid.
- ( ) **Beachvolleybal** - Volleyballen op het zand of gras.
- ( ) **Callanetics** - Grond oefeningen op muziek om je lichaam sterker te maken en in vorm te brengen.
- ( ) **Cardio-tennis** - Nieuwe work-out van tennis op muziek met als doel het verbeteren van de conditie en verbranden van calorieën via intensieve tennisoefeningen.
- ( ) **Circulatie-minivolleybal (CMV)** - Speels en bewegelijk spel om de basisvormen van het volleyballen te leren (geschikt voor jeugd).
- ( ) **Conditie-training** - Training gericht op verbetering van het uithoudingsvermogen.
- ( ) **Hardlopen/trimmen** - In een groep onder begeleiding hardlopen/trimmen.
- ( ) **Hip hop/streetdance** - Moderne dans op muziek waarbij kracht, flexibiliteit en coördinatie wordt gebruikt.
- ( ) **Jeu de boules** - Frans balspel met metalen ballen. Die moeten zo dicht mogelijk bij de but (klein wit balletje) worden gegooid.
- ( ) **Judo** - Zelfverdedigingssport waarbij je de tegenstander uit balans probeert te krijgen.
- ( ) **Kickbiken** - Steppen in groepsverband op fiets met groot voorwiel.
- ( ) **Koersbal** - Wordt gespeeld op een mat en is te vergelijken met jeu de boules, alleen zit het zwaartepunt niet in het midden van de bal, maar aan één zijde van de bal. (Vooraf geschikt voor 55+).
- ( ) **Line-dancing** - Dansvorm waarbij een groep mensen, in een formatie, gelijktijdig dezelfde dansbewegingen uitvoeren.
- ( ) **MBVO** - Meer Bewegen Voor Ouderen is gymnastiek voor senioren (65 jaar en ouder).
- ( ) **Nordic-walking** - Intensieve manier van wandelen in groepsverband. Door het gebruik van stokken worden, naast beenspieren, ook de spieren in bovenlichaam volop gebruikt.
- ( ) **Ouder-kind sporten** - Activiteiten waarbij ouder en kind samen sporten.
- ( ) **Panna Knock Out** - Voetbalvorm in een kooi met als ultieme doel het poorten (tussen de benen) van je tegenstander.
- ( ) **Peutergym** - Gymnastiek voor kinderen van 2 - 4 jaar.
- ( ) **Sport en spel** - Diverse (bal)sporten aangepast aan de doelgroep vanaf circa 55 - 65 jaar.
- ( ) **Steps** - Vorm van aerobics waarbij gebruik gemaakt wordt van een step (een klein bankje).
- ( ) **Tagrugby** - Nieuwe vorm van rugby waarbij tackles verboden zijn. Spelers dragen een riem met twee banden (tag). In plaats van tackles moet de tag van de tegenstander losgetrokken worden.
- ( ) **Voetvolleybal** - Volleyballen met de voeten en andere lichaamsdelen die bij voetballen zijn toegestaan

## 2.2. Zijn er nog andere activiteiten die u graag wilt doen, maar die niet in de lijst hierboven beschreven staan?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

Hieronder noemen we activiteiten die voor jong en oud en/of voor het gezin zijn. Deze activiteiten hebben naast bewegen ook een gezelligheidskarakter. De activiteiten kunnen eenmalig worden georganiseerd of jaarlijks terugkeren. Geef hieronder aan naar welke activiteiten uw interesse uit gaat.

### 2.3 Straattoernooien

Toelichting: met straattoernooien strijden teams tegen elkaar, die samengesteld zijn uit de straat of buurt.

- ( ) (Street)voetbal, bijvoorbeeld 4 tegen 4
- ( ) Voetvolley
- ( ) Volleybal (binnen)
- ( ) (Beach)volleybal (buiten)
- ( ) Basketbal
- ( ) Bewegdorpcup, competitie van alle straattoernooien afsluitend met een finale.

### 2.4 Overig

- ( ) Avond-wandelvierdaagse in Meeden; geschikt voor het gehele gezin.
- ( ) Combi-outdooractiviteiten; fietsen, wandelen, kanoën en steppen met gezin op één dag.
- ( ) Survival; outdoor-activiteiten, bijvoorbeeld onderdelen als balkenloopbrug, klimnet, vlotvaren, kanoën en touwbrug.

### 2.5 Activiteiten voor kinderen en jongeren

- ( ) Kinderspeeldagen; sport- en spelactiviteiten in de schoolvakantie.
- ( ) Action Games; evenement voor jongeren met trendy/sportactiviteiten.
- ( ) Naschoolse sport; sportactiviteiten die aansluiten op de schooltijd.

**3. Wilt u, voordat u gaat sporten/bewegen, een gericht advies over uw mogelijkheden om te sporten en bewegen door een deskundig fysiotherapeut, looptrainer of ander deskundige?**

- ( ) Ja
- ( ) Nee

**3. Heeft u nog opmerkingen/suggesties naar aanleiding van deze vragenlijst of over Bewegdorp Meeden?**

.....

.....

.....

.....

**Alvast vriendelijk bedankt voor het invullen.**