

SPORT- EN BEWEEGAANBOD VOLWASSENEN in Overvecht 2026

Vrouwen

	Steps en Krachttraining	Locatie Wanneer Kosten	Buurtcentrum de Boog Maandag en donderdag 19:30 €1,50 per les	Contact U-Pas	Fatima Ben Haddou - 06 11115699 Nee
	Stichting OverFit	Locatie	Gambiadreef 60	Contact U-Pas	Jamna Ghoulia - 06 41078217 Ja
	Ladyfit	Locatie Wanneer Kosten	Buurtcentrum de Boog Maandag en woensdag 18.30-19.30/19.00-21.00u Vanaf €28,50 per maand	Contact U-Pas	info@ladyfit.nl Nee
	Samen gaat beter	Locatie Wanneer Kosten	Buurtcentrum de Boog Maandag en donderdag 10:00 Kleine bijdrage	Contact U-Pas	Soumaya van Slooten - 06 84442489 Ja
	Sociaal Vitaal	Locatie Wanneer Kosten	Buurtcentrum de Dreef Woensdag 09:30	Contact	Karima Loukili en Marzouka Boulaghbage 06 59946809
	Kickboxen	Locatie Wanneer Kosten	Buurtcentrum de Boog Dinsdag en vrijdag 18:00 Vanaf €25	Contact U-Pas	Jamna Ghoulia - 06 41078217 Nee
	Sociaal Vitaal	Locatie Wanneer Kosten	Buurtcentrum de Jager Dinsdag 13:00 Gratis	Contact U-Pas	Samira Marrouh - 06 15496840 Ja
	Oxygen Gym alleen voor Vrouwen	Locatie Wanneer Kosten	Amandreef 1 Elke dag Vanaf €24,95	Contact	030 - 3040070
	Kickboxlessen voor beginners	Locatie Wanneer Kosten	Buurtcentrum de Boog Maandag 11:30 Gratis	Contact	Vanessa - 06 25089816

SPORT- EN BEWEEGAANBOD VOLWASSENEN in Overvecht 2026

18+

	Kickboxen voor mannen	Locatie Wanneer Kosten	Buurtcentrum de Boog Zondag 19:00 Gratis	Contact	Mohammed el Aboussi - 06 16363465
	Bewegen met Susanne (Pilates Light)	Locatie Wanneer Kosten	Buurtcentrum de Boog Vrijdag 14:15 €2,50 per les	Contact	Susanne Reitz - 06 28371536
	Utrecht Atletiek	Locatie	Franciscusdreef 4	Contact	Karola Mulder - 06 13169375
	Fudoshinkan	Locatie Wanneer Kosten	Loevenhoutsedijk 4 Woensdag 20:00 Vanaf €65 per kwartaal	Contact	Nico Poppulier 06 48696517
	Kickboksen	Locatie Wanneer Kosten	Buurtcentrum de Boog Woensdag 16:00 Gratis	Contact	Gio - 06 14894901
	Hardlopen	Locatie Wanneer Kosten	Schooneggendreef 27c Woensdag 15:30 Gratis	Contact	Bart Roth - 06 51070558
	Lekker in je vel	Locatie Wanneer Kosten	Buurtcentrum de Boog Woensdag 14:00 Gratis	Contact	Reggy Wehl 06 10178540
	Sportcoalitie Utrecht		https://www.sportcoalitieutrecht.nl	Contact	info@sportcoalitieutrecht.nl
	Voetbal (Veld42)	Locatie Wanneer Kosten	Dinsdag 16:00 en vrijdag 14:00 Gratis	Contact	Kees Grovestein - 06 11387056

SPORT- EN BEWEEGAANBOD VOLWASSENEN in Overvecht 2026

55+

	Silverfit	Locatie Wanneer Kosten	Zorgcentrum Rosendael Donderdag 15:30 €40 per 10 keer	Contact U-Pas	Collin den Hartog - 06 83067184 Ja 50% korting
	Stoelfitness en Pilates	Locatie Wanneer Kosten	Buurtcentrum de Boog Woensdag 13:00 €12,50 per 5 keer	Contact U-Pas	Helma van den Bol- 06 40009047 Nee
	Tafeltennis	Locatie Wanneer Kosten	Buurtcentrum de Boog Zaterdag 10:00 €1 per keer	Contact U-Pas	Fred Penninga - 06 20563800 Nee
	Koersbal	Locatie Wanneer Kosten	Buurtcentrum de Dreef Dinsdag 10:00 €5 per maand	Contact	Paula Oost 06 10421943
	Bridge	Locatie Wanneer Kosten	Buurtcentrum de Dreef Dinsdag 13:00 €25 per seizoen	Contact	Herman Oost - 06 15551953
	Pilates 55+	Locatie Wanneer Kosten	Buurtcentrum de Dreef Dinsdag 12:00 €4 per keer	Contact U-Pas	Helma van den Bol- 06 40009047 Nee
	Creatief bewegen 55+	Locatie Wanneer Kosten	Buurtcentrum de Boog Dinsdag 14:45 en donderdag 14:30 €3,50 per keer	Contact U-Pas	Frauke Weck 06 25330338 Nee
	Sportcity groepsles 50 +	Locatie Wanneer Kosten	Schooneggendreef 27b Woensdag en vrijdag 10:00 Abonnement	Contact U-Pas	Demian Mendeszoon - 06 85482988 Nee
	Bewegen 55+ Sociaal Vitaal	Locatie Wanneer	Buurtcentrum de Boog Vrijdag 12:00	Contact U-Pas	Shirley Ramdas - 06 15496840 Nee

SPORT- EN BEWEEGAANBOD VOLWASSENEN in Overvecht 2026

Wandelen

	Wandelen de Boog	Locatie Wanneer Kosten	Buurtcentrum de Boog Dinsdag 14:30 Gratis	Contact	Joyce Mac Gillavry oke.nuovervecht@gmail.com
	Wandelen Kastordreef	Locatie Wanneer Kosten	Kastordreef Maandag 12:30 Gratis	Contact	Ingrid Landbrug 06 25033575
	Wandelen Amazonedreef	Locatie Wanneer Kosten	Amazonedreef 1 Vrijdag 12:15 Gratis	Contact	Margreet Buytendorp 06 36491899
	Wandelen Burezina (men's only)	Locatie Wanneer Kosten	Jeanne d'Arcdreef 1 Vrijdag 19:00 Gratis	Contact	Hassan el Kaaiochi 06 37440965
	Wandelen Burezina (lady's only)	Locatie Wanneer Kosten	Jeanne d'Arcdreef 1 Maandag 13:00 Gratis	Contact	Zaynab Taoumi-Hesselink 06 45842049
	Wandelen (lady's only)	Locatie Wanneer Kosten	Gambiadreef 11:30 en Ghanadreef 16:30 Maandag Gratis	Contact	Karima Loukili en Marzouka Boulaghbage 06-84442489
	Wandelen in dialoog (lady's only)	Locatie Wanneer Kosten	Ghanadreef 2a Laatste zaterdag van de maand 15:45 Gratis	Contact	Karima Loukili en Marzouka Boulaghbage 06-84442489
	Wandelen de Klop	Locatie Wanneer Kosten	Andesdreef 65 Donderdag 12:30 Gratis	Contact	Fam van Drie+ Karin Maronni 030 307 4467

SPORT- EN BEWEEGAANBOD VOLWASSENEN in Overvecht 2026

Medisch bewegen

	Trias Hydro Therapie	Locatie Wanneer Kosten	Panamadreef 10 Dinsdag 10:30 en Vrijdag 13:30 Op indicatie	Contact U-Pas	Bahram Hossainian - 06 34926313
	Fysiobewust Utrecht	Locatie	Anna van Burendreef 68	Contact	Meta Rooding - 030 2625666
	De Neckar	Locatie Kosten	Werradreef 1 €10 per keer	Contact	Jasper van der Mark - 030 2642650
	Stichting Ons Utrecht	Locatie Wanneer Kosten	Sint Maartensdreef 1000 Donderdag 11:00 Op indicatie	Contact	Roberta Haki - 06 81051399
	Wij30	Locatie Wanneer Kosten	Ghanaplein Maandag 09:30 Op indicatie	Contact	Annelies Nanning - 06 27129405
	Para Tafeltennis	Locatie Wanneer Kosten	Loevenhoutsedijk 4 Dinsdag 14:30 €120	Contact U-Pas	Pieter Miedema - info@ttvsve.nl Ja

SPORT- EN BEWEEGAANBOD VOLWASSENEN in Overvecht 2026

Zwemmen

	De Wilg en de Tussenvoorziening	Locatie Wanneer Kosten	Zwembad de Kwakel Vrijdag 13:00 €2,50 los kaartje en bij vertoon U-pas 20 lessen €10,00	Contact	Floor de Jager - 06-46922896 Ridouan Ezzafzafi - 06-13153574
	Zwemvereniging Utrecht	Locatie Wanneer	Zwembad de Kwakel Woensdag 17:30	Contact U-Pas	info@zvutrecht.nl Ja
	Banen zwemmen voor vrouwen	Locatie Wanneer Kosten	Zwembad de Kwakel Maandag 10:30 Vol tarief	Contact	030-2862700
	Zwembad de Kwakel	Locatie Wanneer Kosten	Zwembad de Kwakel Dagelijks Vanaf €3,50 per keer	Contact	030-2862700

Dans

	Impulzz	Locatie Wanneer Kosten	Rhonedreef 40 Donderdag 11:00 Gratis	Contact	Mercan Akin - 030-744 06 06
	Salsa	Locatie Wanneer Kosten	Buurtcentrum de Boog Dinsdag 19:30 Gratis	Contact	August Gard - 06 36130425
	Zumbody	Locatie Wanneer Kosten	Buurtcentrum de Jager Maandag 19:30 en vrijdag 10:30 €325 per seizoen of €180 per half seizoen	Contact	06 24888978

SPORT- EN BEWEEGAANBOD VOLWASSENEN in Overvecht 2026

Sportschool / Fitness

	Family Fitness	Locatie Kosten	Paranadreef 10 €27 per maand incl zwemmen	Contact U-Pas	030-2626842 Ja
	Sportcity groepslessen	Locatie Kosten	Schooneggendreef 27L €50	U-Pas	Ja
	Impulzz	Locatie Wanneer Kosten	Rhonedreef 40 Dinsdag, woensdag en donderdag (donderdag 10:00 speciaal voor vrouwen) Gratis	Contact	Mercan Akin - 030-744 06 06
	New Style Health Centers	Locatie Kosten	Arnodreef 46 €46,50 per maand bij een jaarabonnement	Contact	088 166 1031
	Laarej Gym	Locatie Kosten	Ammandreef 1 €24,95 per maand	Contact	Ahmed en Anass Laarej 06-20286219/06-18926992
	Basic Fit	Locatie Wanneer Kosten	Franciscusdreef 80 €24,95	Contact	023 890 1750

Mindfulness

	U-centraal Mindfulness cursus				
	Ademruimte / Leger des Heils	Locatie Wanneer Kosten	Neckardreef 6 Vrijdag 14:30	Contact	Cornelie Slurink - 06 55416346

SPORT- EN BEWEEGAANBOD VOLWASSENEN in Overvecht 2026

Yoga

	Yin-Yoga, Qi-gong, Airobics	Locatie Wanneer Kosten	Buurtcentrum de Boog Dinsdag 10:00 €45 per tien lessen	Contact U-Pas	Armine Karabetian - 06 42947574 Nee
	Anna's Yoga tree	Locatie Wanneer Kosten	Bagdaddreef 2 Maandag t/m zaterdag €13,30 losse les, €10 per les bij een half jaar	Contact U-Pas	Anna van Hattem - 06 81265252 Ja
	Anna's Yoga tree (ladies only)	Locatie Wanneer Kosten	Bagdaddreef 2 Vrijdag €13,30 losse les, €10 per les bij een half jaar en proefles €6	Contact U-Pas	Anna van Hattem - 06 81265252 Ja
	De Yoga Man	Locatie Wanneer Kosten	Buurtcentrum de Jager Woensdag 20:00 €75 per 10 weken	Contact U-Pas	Jasper vd Heijden - info@deyogaman.nl Nee
	Yoga met Annelies Nanning	Locatie Wanneer Kosten	Ghanaplein Woensdag 18:15 €5 per les, 10 rittenkaart €45	Contact U-Pas	Annelies Nanning - 06 14501192 Ja

De derde helft

	Synergo	Locatie Wanneer Kosten	Sportpark Loevenhout Donderdag 10:00 €3,00	Contact	Hannie Spierings 06 46347995

SPORT- EN BEWEEGAANBOD VOLWASSENEN in Overvecht 2026

Fietsen

	Fietsclub de Amazone	Locatie Wanneer Kosten	Amazonedreef 41a Woensdag 10:00 Gratis	Contact	Henri van der Veght - 06 18293039
	Heel Overvecht Fietst	Wanneer	Zie website voor data	Contact	Henri van der Veght - 06 18293039
	SportUtrecht fietslessen	Locatie Wanneer Kosten	Schooneggendreef 27c Zaterdag 10:00 €15 per 10x	Contact	Nander Zuidema - 06 65963411
	Fietsen de Wilg	Locatie Wanneer Kosten	Buurtcentrum de Boog Zaterdag 10:30, 1x per maand Gratis	Contact	Floor Jager - 06 46922896

Contactgegevens



Voor vragen en advies neem contact op met Beweeg-Vitaliteitsmakelaar:

Jacky Boland
jacky.boland@sportutrecht.nl
06-10042189

Locaties Buurtcentra

Buurtcentrum De Jager: Teun de Jagerdreef 1

Buurtcentrum De Boog: Gambiadreef 60

Buurtcentrum De Dreef: Schooneggendreef 27c