

## Sportberichten



Kom schaken bij  
SCHAAKCLUB "CHATURANGA"!

Schaken is inspinnen en ontspannen tegelijk. Chaturanga in Gaasperdam, zoekt nieuwe leden die onze schaakclub komen versterken. Waarom schaken? Schaken zet je aan het denken; het houdt de geest fris en actief; bovendien is het gezellig, ontspannend en recreatief, wat in een tijd van overhaasting belangrijk is. De naam Chaturanga is ontleend aan een spel dat in de 6e eeuw na Christus in India werd beoefend. Wie het speelt gaat een avontuur tegemoet, getuige een Indisch spreekwoord dat zegt: 'Het schaakspel is als een zee waarin een mug kan baden en een olifant verdrinken'.

### Waar schaken de senioren?

Wat let je om eens binnen te lopen op vrijdagavond vanaf 20.00 uur in de speelzaal van het VOG aan het Millingenhof 161, vlak bij apotheek en medisch centrum, telefoon 020-6972208. Contributie is € 70,-- per persoon per seizoen. Je bent dan ook lid van de KNSB/SGA en ontvangt de officiële uitgave "Schaakmagazine". We schaken mee in de schaakcompetitie van de KNSB/SGA. Chaturanga heet u van harte welkom!

Nadere informatie verkrijgbaar bij Bert Meester, telefoon 020-6963216.

### Waar schaakt de jeugd?

Deze schaakt in het Activiteitencentrum, Holendrechtplein 37, telefoon 020-5650360, op dinsdagavond van 19.00 tot 20.00 uur. Ze spelen een interne competitie en er wordt schaakles gegeven onder deskundige leiding. Ook schaakt de jeugd mee in een externe competitie van de KNSB/SGA. Contributie is € 50,-- per persoon per seizoen, en dan krijg je ook het KNSB-blad voor de jeugd in de bus. Inlichtingen jeugdschaak: Jan Dijkink, telefoon 020-6961406.

## Volleybal in Zuidoost

Volleybalvereniging Arena zoekt voor het komende seizoen weer nieuwe leden. Wij zijn opzoek naar competitie spelers en recreanten. Trainingsavonden:

Maandagavond uitsluitend voor recreanten  
vanaf 19.30 uur tot 21.00 uur.

Donderdagavond trainen de pupillen  
vanaf 17.30 uur tot 18.30 uur.

De aspiranten trainen daarna van 18.30 tot 20.00 uur.

Vanaf 20.00 uur is de hele hal beschikbaar voor recreanten en competitie spelende leden. U mag altijd 2 keer gratis mee trainen.

Voor verdere informatie kunt u terecht op onze website [WWW.volleybalarena.nl](http://WWW.volleybalarena.nl)

## Bewegen in Holendrecht

Lekker vakantie gehad? Weer wat pondjes bijgekomen? Of ben je het zat alsmaar op de bank te liggen? Nou, kom dan gerust BODYSHAPEN in het buurtcentrum Holendrecht. We beginnen weer op 5 september elke dinsdag en donderdagochtend van 10.00 tot 11.00 uur en woensdag en vrijdagavond van 18.00 tot 19.00 uur. Je kan te allen tijden instromen.

Prijslijst:

wij werken uitsluitend met maandabonnementen:  
1x per week 16 euro per maand  
2x per week 28 euro per maand  
3 of 4 keer per week komt op 30 euro per maand.  
Wil je een proefles doen 1x GRATIS

Het is niet alleen om af te vallen, maar ook goed voor je conditie, geest en lichaam.

Voor jong en oud. Voor meer informatie bel  
06-54242109

Daniëlle Maren

## Open dag in het AMC op 12 oktober

Op 12 oktober is er in het AMC weer een open dag georganiseerd voor alle patiëntenverenigingen. Aanwezig zullen onder andere zijn: de Diabetes Vereniging afdeling Amsterdam, de vereniging voor blinden en slechtzienden, de vereniging voor Hart en Vaatziekten, Vereniging van Nierpatiënten, enzovoorts. De dag wordt begeleid door opgeleide

voorlichters van de diverse verenigingen. De Diabetes Vereniging Amsterdam, die dit jaar op 4 november al 60 jaar bestaat en geleid wordt door allemaal vrijwilligers, is weer duidelijk aanwezig. Omdat diverse complicaties bij diabetes vaak voorkomen, is het belangrijk om een kijkje te komen nemen.

Op 7 september start ook weer de Diabetes Informatiepost in het AMC, 2e verdieping interne polikliniek. Op de 1e en 3e donderdag van elke maand kunt u voorlichting krijgen over uw diabetes. Ook voor meters, voorlichtings-materiaal en andere hulpmiddelen kunt u bij ons terecht. Wilt u een afspraak maken of heeft u vragen, bel dan 6964390.

Graag tot ziens.

Joke Rijnders  
Diabetes Informatiepost