*Duinrand S: Wandelvoetballen is meer dan wandelen en voetballen*

Bij Duinrand S wordt al vier jaar wandelvoetbal gespeeld. Iedere woensdagmiddag een gezelligste potje voetbal voor **mannen en vrouwen** van 60 jaar en ouder (iets jonger mag ook).

Fien, onze enige dame in het gezelschap zegt er het volgende over: ‘Heerlijk. Een uurtje beweging in de frisse lucht zonder dat ik hard hoef te lopen’. Naast Fien lopen er nog acht enthousiaste mannen rond. Ook zij gaan iedere woensdagmiddag met plezier naar het voetbalveld.

**Verkeerd beeld**

Menigeen heeft een verkeerd beeld van wandelvoetbal. Het is behoorlijk intensief en leuker nog, je kunt zelf bepalen hoe intensief je speelt. De één is wat fanatieker dan de ander. Menigeen komt met een bezweet koppie het veld af na een potje wandelvoetbal. Wandelvoetbal is een teamsport waarin je samenwerkt, beweegt, plezier maakt en ontspant. Probeer het gewoon!

**Wanneer en waar**

Wij spelen iedere woensdagmiddag om 14.00 uur op het kunstgrasveld van Duinrand S te Schoorl (m.u.v. De vakanties). Het veld is ongeveer 15 x 20 meter (hangt af van de grootte van de groep) en heeft kleine doeltjes. Na een korte warming-up spelen we ongeveer 50 minuten lang een partijvorm. Na afloop doen we gezellig met zijn alleen een bakkie koffie in de kantine. Met liefde gezet door Ellen Ruis

Wilt u een keer een training proberen dan bent u van harte welkom. U kunt altijd contact opnemen met onderstaande of gewoon even langskomen.
U kiest zelf voor de kleren waarin u het lekkerst beweegt.

**Regels**

De regels van het wandelvoetbal zijn heel makkelijk.
\* Er mag alleen gewandeld worden
\* Sliding is verboden
\* De bal moet onder de heupen blijven i.v.m. de veiligheid van het gezicht
\* Voorbij de middenlijn mag er gescoord worden
\* Bij uit dient de bal vanaf de grond het spel ingebracht te worden
\* Er is geen buitenspel
\* Er is geen vaste keeper
\* Veel plezier is vereist

**Informatie**

Bent u geïnteresseerd dan kunt u contact opnemen met Martin de Zwart
Telefoon: 06-53293445
martindezwart@zonnet,nl