

## BELANGRIJKE INFORMATIE

### VOORAF GOED OM TE WETEN ALS INTERMEDIAR

Kijk als intermediair altijd goed op de website welk tarief de sportaanbieder vraagt. Bij vragen of als iets niet duidelijk is, neem dan eerst contact op met Kaiya, jouw lokale aanspreekpunt.

### SPORTAANBIEDERS

Op deze lijst staan alleen sportaanbieders die zijn aangesloten bij het Volwassenenfonds. Staat jouw sportaanbieder er niet bij? Vraag dan of zij zich willen aanmelden bij het Volwassenenfonds en geef dit door aan Kaiya. Sportaanbieders kunnen alleen aanhaken als ze aan de spelregels voldoen. De lijst wordt regelmatig bijgewerkt.

### EIGEN BIJDRAGE DEELNEMER

Soms is de contributie voor sporten hoger dan de maximale vergoeding van €275 per 12 maanden. Het bedrag dat daarboven komt, moet je zelf betalen. De extra kosten staan in deze tabel vermeld, maar check het voor de zekerheid nog even vooraf bij de sportaanbieder. Is de contributie meer dan €375 per jaar? Dan kan het Volwassenenfonds deze sportaanbieder niet vergoeden.

### BASISTARIEVEN HOGER DAN MAXIMAAL TOEGESTAAN

Sommige sportaanbieders hebben op hun website standaardprijzen staan die hoger zijn dan het maximum van €375 per jaar (€275 vergoeding + €100 eigen bijdrage). Voor deelnemers van het Volwassenenfonds bieden zij een speciaal tarief van €375 of minder per jaar. De extra kosten boven de €275 betaal je dan zelf.

### OPZEGGEN LIDMAATSCHAP

De meeste lidmaatschappen zijn voor een jaar of een sportseizoen. Na 12 maanden (of na een half seizoen bij een latere start) kun je weer een aanvraag doen bij het Volwassenenfonds. De intermediair krijgt hier automatisch bericht van, maar houdt dit als deelnemer zelf ook bij.

**Let op:** veel lidmaatschappen lopen automatisch door. Zeg dus zelf op tijd op als je wilt stoppen!

### BELANGRIJKE TIP

Vraag altijd een proefles aan. Als dat niet kan, bijvoorbeeld bij zwemles, ga dan eerst kijken bij de sportaanbieder. Voelt het goed voor jou? Is er plek in de groep? Het is belangrijk dat je je op je gemak voelt. In een fijne groep of met persoonlijke begeleiding blijf je makkelijker sporten en heb je er meer plezier in.

Sportaanbod	Sportaanbieder	Website	Tarieven	Aanvullende informatie
Aangepast sporten	ISV Gouda	<a href="https://www.isvgouda.nl/">https://www.isvgouda.nl/</a>	<a href="https://www.isvgouda.nl/isv-gouda/lid-worden/">https://www.isvgouda.nl/isv-gouda/lid-worden/</a>	Aanbod: badminton, Parkinson boksen, stoelengym, tafeltennis en zwemmen in het Groenhovenbad . Voor mensen, met, als zonder lichamelijke beperking.
Aangepast sporten	Groene Harttrimclub	<a href="https://www.groeneharttrimclubgouda.nl/">https://www.groeneharttrimclubgouda.nl/</a>	<a href="https://www.groeneharttrimclubgouda.nl/trimmen/">https://www.groeneharttrimclubgouda.nl/trimmen/</a>	Aanbod: banenzwemmen in het Groenhovenbad en zaalsport/trimmen in De Driestar. Met name voor hart- en diabetespatiënten. Maar ook anderen zijn welkom. Er is altijd professionele begeleiding aanwezig.
Aangepast sporten G-basketbal	Bouncers Basketball	<a href="https://www.bouncersbasketball.nl/wp/">https://www.bouncersbasketball.nl/wp/</a>	<a href="https://www.bouncersbasketball.nl/wp/contributie/">https://www.bouncersbasketball.nl/wp/contributie/</a>	

Aangepast sporten G-korfbal	IJsselvogels in Moordrecht	<a href="https://www.ijsselvogels.nl/">https://www.ijsselvogels.nl/</a>	<a href="https://www.ijsselvogels.nl/lid-woorden/">https://www.ijsselvogels.nl/lid-woorden/</a>	Hier lid worden met steun van het Volwassenenfonds Gouda kan uitsluitend voor G-korfbal.
Atletiek*	AV Gouda	<a href="https://www.avgouda.nl/">https://www.avgouda.nl/</a>	<a href="https://www.avgouda.nl/vereniging/lid-woorden/">https://www.avgouda.nl/vereniging/lid-woorden/</a>	* Bij de senioren betaald de deelnemer een eigen bijdrage van €104,- per aanvraag.
Badminton	Badmintonvereniging Gouweslag	<a href="https://www.gouweslag.nl/">https://www.gouweslag.nl/</a>	<a href="https://www.gouweslag.nl/inschrijfformulier/">https://www.gouweslag.nl/inschrijfformulier/</a>	Locatie: Biljarten Denksportcentrum Gouda
Basketbal	Bouncers Basketball	<a href="https://www.bouncersbasketball.nl/wp/">https://www.bouncersbasketball.nl/wp/</a>	<a href="https://www.bouncersbasketball.nl/wp/contributie/">https://www.bouncersbasketball.nl/wp/contributie/</a>	1x per week trainen en niet mogelijk om competitie te spelen
Biljart	Biljartvereniging De Musketier	<a href="https://bvdemusketier.nl/">https://bvdemusketier.nl/</a>		
Boksen	BOKS! Gouda	<a href="https://boksgouda.nl/">https://boksgouda.nl/</a>	<a href="https://boksgouda.nl/tarieven/">https://boksgouda.nl/tarieven/</a>	€100,- eigen bijdrage inclusief fitness
(Kick)boksen*	Silent Dragon	<a href="https://silentdragonholland.com/locaties/gouda/">https://silentdragonholland.com/locaties/gouda/</a>	<a href="https://silentdragonholland.com/locaties/gouda/tarieven/">https://silentdragonholland.com/locaties/gouda/tarieven/</a>	€100,- eigen bijdrage. * Voor Just You geldt geen eigen bijdrage. Just You is alleen voor mensen met een fysieke

				of mentale beperking.
Capoeira	Batuque Capoeira Gouda	<a href="https://capoeiraholland.com/lessen/gouda/">https://capoeiraholland.com/lessen/gouda/</a>	<a href="https://sites.google.com/view/volwassenenfonds/volwassenenfonds">https://sites.google.com/view/volwassenenfonds/volwassenenfonds</a>	€100,- eigen bijdrage.
Cricket	GCC Olympia	<a href="https://gccolympia.nl/">https://gccolympia.nl/</a>	<a href="https://gccolympia.nl/">https://gccolympia.nl/</a>	
Dansen	Dansstudio Gouda	<a href="https://www.dansstudiogouda.nl/">https://www.dansstudiogouda.nl/</a>	<a href="https://www.dansstudiogouda.nl/#">https://www.dansstudiogouda.nl/#</a>	
Fitness	Basic Fit	<a href="https://www.basic-fit.com/nl-nl/sportscholen">https://www.basic-fit.com/nl-nl/sportscholen</a>	<a href="https://www.basic-fit.com/nl-nl/prijs">https://www.basic-fit.com/nl-nl/prijs</a>	€49,80 eigen bijdrage, verspreid over 12 maanden. Het lidmaatschap kan niet tussentijds worden stopgezet. Let op: het machtigingsformulier van benVitaal moet zijn ingevuld voordat de aanvraag definitief kan worden verwerkt.
Fitness	Den Edel Fun to Be Fit	<a href="https://www.denedelgouda.nl/">https://www.denedelgouda.nl/</a>	<a href="https://www.denedelgouda.nl/index.php/fun-to-be-fit/tarieven">https://www.denedelgouda.nl/index.php/fun-to-be-fit/tarieven</a>	€78,- eigen bijdrage, tot 18:00 uur sporten
Fitness (ook vrouwengroepen)	Fame Fitness	<a href="https://famefitness.nl/">https://famefitness.nl/</a>	<a href="https://famefitness.nl/Home/Tarieven">https://famefitness.nl/Home/Tarieven</a>	€100,- eigen bijdrage, onbeperkt sporten inclusief groepslessen. Gelijk of in

				termijnen betalen mogelijk.
Fitness (ook vrouwengroepen)	Fysiotherapie Oranjestaete	<a href="https://www.fysioستاete.nl/">https://www.fysioستاete.nl/</a>		€100,- eigen bijdrage Let op: Fysiotherapie (zorg) behandelingen komen niet vergoeding in aanmerking.
Fitness	PlittGym	<a href="https://www.plittgym.nl/">https://www.plittgym.nl/</a>	<a href="https://www.plittgym.nl/">https://www.plittgym.nl/</a>	€100,- eigen bijdrage, onbeperkt sporten zonder groepslessen.
Fitness	Fysiosport Rozendaal (De Doelen)	<a href="https://fysiotherapiededoelen.nl/">https://fysiotherapiededoelen.nl/</a>	<a href="https://fysiotherapiededoelen.nl/prijslijst-fysiosport-rozendaal-gouda/">https://fysiotherapiededoelen.nl/prijslijst-fysiosport-rozendaal-gouda/</a>	€100,- eigen bijdrage voor 1x per week sporten. Let op: Fysiotherapie (zorg) behandelingen komen niet vergoeding in aanmerking.
Fitness	Rayer Healthcare	<a href="https://www.rayerhealthcenter.nl/">https://www.rayerhealthcenter.nl/</a>	<a href="https://www.rayerhealthcenter.nl/tarieven/">https://www.rayerhealthcenter.nl/tarieven/</a>	€100,- eigen bijdrage + eenmalig €15,- inschrijfkosten.
Fitness	SportCity Gouda Go Vital	<a href="https://www.sportcity.nl/gouda">https://www.sportcity.nl/gouda</a>		Deelnemer kan pas sporten zodra hij/zij zelf een mail

				ontvangt van Go-Vital.  €50,- eigen bijdrage, onbeperkt sporten inclusief groepslessen. Gelijk betalen.
Handbal	Vires et Celeritas	<a href="https://www.vireshandbal.nl/">https://www.vireshandbal.nl/</a>	<a href="https://www.vireshandbal.nl/lid-woorden/">https://www.vireshandbal.nl/lid-woorden/</a>	
Handboog schieten	Gravin Jacoba van Beieren	<a href="http://www.gravinjacoba.nl/index.php">http://www.gravinjacoba.nl/index.php</a>	<a href="https://www.gravinjacoba.nl/index.php/de-vereniging/lidwoorden">https://www.gravinjacoba.nl/index.php/de-vereniging/lidwoorden</a>	
Jiu jitsu & women self defence	Grace Jiu Jitsu	<a href="https://graciejiujitsugouda.nl/">https://graciejiujitsugouda.nl/</a>	<a href="https://graciejiujitsugouda.nl/lesinformatie/">https://graciejiujitsugouda.nl/lesinformatie/</a>	€100,- eigen bijdrage
Judo & jiu jitsu	Den Edel	<a href="https://www.denedelgouda.nl/index.php/fitness">https://www.denedelgouda.nl/index.php/fitness</a>	<a href="https://www.denedelgouda.nl/index.php/fun-to-be-fit/tarieven">https://www.denedelgouda.nl/index.php/fun-to-be-fit/tarieven</a>	
Kanovaren	De Goudse Peddel	<a href="https://degoudsepeddel.nl/">https://degoudsepeddel.nl/</a>	<a href="https://degoudsepeddel.nl/contributie">https://degoudsepeddel.nl/contributie</a>	
Krav Maga	The Krav Maga Firm Gouda	<a href="https://thekravmagafirm.nl/">https://thekravmagafirm.nl/</a>	<a href="https://thekravmagafirm.nl/tarieven/">https://thekravmagafirm.nl/tarieven/</a>	Geen eigen bijdrage
Langlaufen + andersoortige trainingen voor conditie	Langlaufvereniging Gouda	<a href="https://www.langlauf.nl/">https://www.langlauf.nl/</a>	<a href="https://www.langlauf.nl/tarieven">https://www.langlauf.nl/tarieven</a>	Het seizoen loopt van oktober tot en met februari. Speciale lessen zijn mogelijk zoals voor mensen met een fysieke of verstandelijke beperking.
Muy Thai	Bengala Gym	<a href="http://bengala-gym.nl/">http://bengala-gym.nl/</a>	<a href="http://bengala-gym.nl/tijden.php">http://bengala-gym.nl/tijden.php</a>	

Petangue	Petanque Vereniging Gouda	<a href="https://goudapetanque.nl/">https://goudapetanque.nl/</a>	<a href="https://www.rfcgouda.nl/wordpress/lid-woorden/contributies/">https://www.rfcgouda.nl/wordpress/lid-woorden/contributies/</a>	
Roeien en zeilen	Roei- en Zeilvereniging Gouda	<a href="https://www.roeienzeil.nl/">https://www.roeienzeil.nl/</a>	<a href="https://www.roeienzeil.nl/vereniging/lidmaatschap/">https://www.roeienzeil.nl/vereniging/lidmaatschap/</a>	Roeien, zeilen, suppen. Ook voorzieningen aanwezig voor leden met een fysieke beperking.
Rugby	Rugby Football Club Gouda	<a href="https://www.rfcgouda.nl/wordpress/">https://www.rfcgouda.nl/wordpress/</a>	<a href="https://www.rfcgouda.nl/wordpress/lid-woorden/contributies/">https://www.rfcgouda.nl/wordpress/lid-woorden/contributies/</a>	
Scheren	De Sint Michielsgilde Gouda	<a href="https://www.sintmichielsgilde.nl/">https://www.sintmichielsgilde.nl/</a>	<a href="https://www.sintmichielsgilde.nl/kopie-van-proefles">https://www.sintmichielsgilde.nl/kopie-van-proefles</a>	Er is een wachtlijst, dus wanneer deelnemer aan de beurt is kan er pas een Volwassenenfonds aanvraag ingediend worden.
Scheren	Schermvereniging De Vrijbuiters	<a href="https://www.svvrijbuiters.nl/wordpress/">https://www.svvrijbuiters.nl/wordpress/</a>	<a href="https://www.svvrijbuiters.nl/wordpress/?page_id=11">https://www.svvrijbuiters.nl/wordpress/?page_id=11</a>	
Slow Sports	Suzan Hartog Leefstijladvies	<a href="https://suzanhartog.nl/dienst/slow-sports/">https://suzanhartog.nl/dienst/slow-sports/</a>	<a href="https://suzanhartog.nl/dienst/slow-sports/#Tarieven">https://suzanhartog.nl/dienst/slow-sports/#Tarieven</a>	€100,- eigen bijdrage. Wandelen met kracht-, balans- en coördinatieoefeningen.
Tafeltennis	Tafeltennisvereniging	<a href="https://www.vriendenschaar.net/">https://www.vriendenschaar.net/</a>	<a href="https://www.vriendenschaar.net/word-lid/">https://www.vriendenschaar.net/word-lid/</a>	

	Vriendenschaar			
Tennis en padel	Goudse tennis- en padelclub Ad Astra	<a href="https://www.gtpcadastra.nl/">https://www.gtpcadastra.nl/</a>	<a href="https://www.gtpcadastra.nl/lidmaatschap">https://www.gtpcadastra.nl/lidmaatschap</a>	De contributie kan vergoed worden, de lessen zijn voor eigen bijdrage.
Tennis en padel	G.L.T.C. Be Quick	<a href="https://www.bequick.nl/">https://www.bequick.nl/</a>	<a href="https://www.bequick.nl/tarieven-en-contributie-tennis">https://www.bequick.nl/tarieven-en-contributie-tennis</a>	De contributie kan vergoed worden, de lessen zijn voor eigen bijdrage.
Tennis	TIOD	<a href="https://www.tiod.nl/">https://www.tiod.nl/</a>	<a href="https://www.tiod.nl/ledenadministratie">https://www.tiod.nl/ledenadministratie</a>	De contributie kan vergoed worden, de lessen zijn voor eigen bijdrage.
Thaiboksen	Bengala-Gym	<a href="http://bengala-gym.nl/">http://bengala-gym.nl/</a>	<a href="http://bengala-gym.nl/">http://bengala-gym.nl/</a>	€100,- eigen bijdrage.
Vitaal 55+	SPORT•GOUDA A	<a href="https://www.sportpuntgouda.nl/vitaal-55_3">https://www.sportpuntgouda.nl/vitaal-55_3</a>	<a href="https://www.sportpuntgouda.nl/vitaal-55_3">https://www.sportpuntgouda.nl/vitaal-55_3</a>	Aanbod: badminton, badminton/tafeltennis, sportles, lage intensiteit beweegles.  Wekelijks aanbod, m.u.v. de schoolvakanties. Recht op 10 strippenkaarten.
Voetbal + G-voetbal	Sv DONK	<a href="https://www.svdonk.nl/">https://www.svdonk.nl/</a>	<a href="https://www.svdonk.nl/lidmaatschap/">https://www.svdonk.nl/lidmaatschap/</a>	
Voetbal + G-voetbal	CVV De Jodan Boys	<a href="https://cvvdejodanboys.nl/">https://cvvdejodanboys.nl/</a>	<a href="https://cvvdejodanboys.nl/leden/contributie/">https://cvvdejodanboys.nl/leden/contributie/</a>	

Voetbal	GC&FC Olympia	<a href="https://www.gcfc-olympia.nl/onze-club">https://www.gcfc-olympia.nl/onze-club</a>	<a href="https://www.gcfc-olympia.nl/lid-worden">https://www.gcfc-olympia.nl/lid-worden</a>	Naast competitieteams m/v (selectie en recreatief) ook walking football voor 60+, recreatief onderling voetballen voor heren 35+, voetbalFIT voor vrouwen (mix voetbal en fitness) en een recreatieve trainingsgroep voor vrouwen.
Volksdansen	Volksdans vereniging At va'ani	<a href="https://at-vaani.nl/">https://at-vaani.nl/</a>	<a href="https://at-vaani.nl/Lid-of-donateur-worden">https://at-vaani.nl/Lid-of-donateur-worden</a>	
Volleybal	Servylo	<a href="https://servylo.nl/">https://servylo.nl/</a>	<a href="https://servylo.nl/contributie-aanmelden-en-opzeggen/">https://servylo.nl/contributie-aanmelden-en-opzeggen/</a>	
Volleybal	Vollingo	<a href="https://vollingo.nl/">https://vollingo.nl/</a>	<a href="https://vollingo.nl/over-ons/lid-worden/contributie/">https://vollingo.nl/over-ons/lid-worden/contributie/</a>	In de zaal (aug-april) & beachvolley (april – aug).
Yoga	Yoga Studio Vlinder	<a href="https://yogastudiovlinder.nl/">https://yogastudiovlinder.nl/</a>	<a href="https://yogastudiovlinder.nl/prijzen/">https://yogastudiovlinder.nl/prijzen/</a>	Recht op <b>om de week</b> een yogales (26 lessen). €100,- eigen bijdrage
Yoga 55+	SPORT•GOUDA	<a href="https://www.sportpuntgouda.nl/activiteiten/vitaal-55-yoga">https://www.sportpuntgouda.nl/activiteiten/vitaal-55-yoga</a>	<a href="https://www.sportpuntgouda.nl/activiteiten/vitaal-55-yoga">https://www.sportpuntgouda.nl/activiteiten/vitaal-55-yoga</a>	Wekelijkse lessen, m.u.v. de schoolvakanties. Recht op 10 strippenkaarten.

Zwemmen	Goudse Reddingsbrigade	<a href="https://www.goudsereddingsbrigade.nl/">https://www.goudsereddingsbrigade.nl/</a>	<a href="https://www.goudsereddingsbrigade.nl/contributie">https://www.goudsereddingsbrigade.nl/contributie</a>	€13,50 eigen bijdrage inschrijfkosten.  <b>LET OP:</b> nieuwe inschrijvingen voor zwemles voor vrouwen is <b>niet</b> meer mogelijk.
Zwemmen o.a. zwemles volwassenen	GZC Donk	<a href="http://www.gzcdonk.nl/">http://www.gzcdonk.nl/</a>	<a href="https://gzcdonk.nl/gzc-donk/#lidmaatschap">https://gzcdonk.nl/gzc-donk/#lidmaatschap</a>	€100,- eigen bijdrage + eenmalig €25,- inschrijfkosten. Pas als je bericht krijgt dat je mag starten, kan de intermediair een aanvraag voor je indienen.
Zwemmen	SPORT•GOUDA	<a href="https://www.sportpuntgouda.nl/zwemmen">https://www.sportpuntgouda.nl/zwemmen</a>	<a href="https://www.sportpuntgouda.nl/tarieven">https://www.sportpuntgouda.nl/tarieven</a>	Aanbod: banenzwemmen*, seniorencard**, aquajoggen en watergymnastiek*** 55+. Het is NIET mogelijk om voor zwemles in te schrijven via het Volwassenenfonds.  * 50-badenkaart = €213,85 per

				aanvraag (+ €5,00 voor fysieke pas). ** Seniorenkaart = €191,90 (+ €5,00 voor fysieke pas). *** tegoed van 35x = €237,65 per aanvraag (+ €5,00 voor fysieke pas).
--	--	--	--	--

*Dit overzicht is bijgewerkt op 28 april 2026.*