

DE CODE HELPT IMPACT PROGRAMMA 2024



WIJ ZOEKEN 3 JONGEREN

ELKE 12 WEKEN GEVEN WIJ TERUG
AAN DE JEUGD VAN ROTTERDAM

EEN KOSTELOOS TRAJECT "DE CODE"

MEER INFO >>>>

MEER INFO:
www.decodehelpt.nl/impact2024



TRAJECT DE CODE



12 WEKEN = 12 RONDES

**SPORTEN
GEZONDHEID
DISCIPLINE
RESPECT
=
DE BASIS**

MEER INFO:
www.decodehelpt.nl/impact2024





HET PROGRAMMA

- GEZONDHEIDSCHECK+LEEFSTIJLADVIES
- WEKELIJKS: 1-OP-1 TRAINING (BOKSEN)
- WEKELIJKS: SMALL GROUP TRAINING
- BOKSHANDSCHOENEN +BANDAGE
- 2 X SPORTOUTFIT- DE CODE
- GEZONDE MAALTIJD NA ELKE TRAINING
- LIDMAATSCHAP PRIVATE GYM

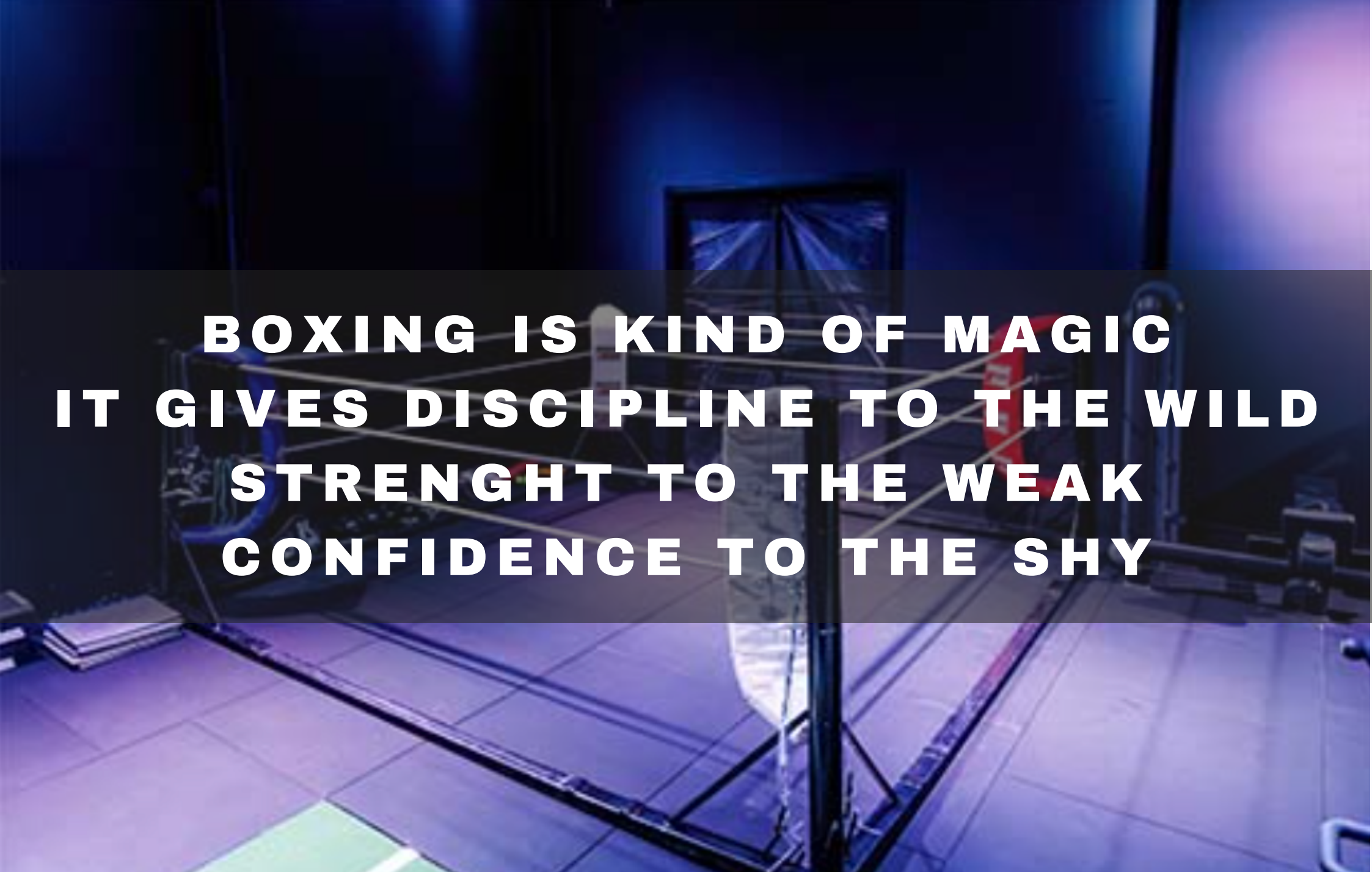
UITGEVOERD DOOR:

- STICHTING DE CODE HELPT
- JAN HELPT
- COACH JOS
- BIJ TANTE SARAH

MEER INFO:

www.decodehelpt.nl/impact2024





**BOXING IS KIND OF MAGIC
IT GIVES DISCIPLINE TO THE WILD
STRENGTH TO THE WEAK
CONFIDENCE TO THE SHY**

VOORWAARDEN

- EEN MOEILIJKE POSITIE.
- HET HART OP DE JUISTE PLEK.
- EEN STERKE MOTIVATIE.
- VERTROUWEN, RESPECT EN GELIJKHEID.

LEEFTIJDGROEPEN

- 5 TOT 12 JAAR - 1 DEELNEMER
- 13 TOT 20 JAAR - 1 DEELNEMER
- 21 TOT 27 JAAR 1 DEELNEMER

MEER INFO:

www.decodehelpt.nl/impact2024





“Ik heb geleerd om in die zure tijden, door te bijten”
- Abdel (Mansory)

HOE?

- WIJ DOEN DIT OP EIGEN KRACHT.
- WIJ STAAN OPEN VOOR SAMENWERKINGEN.

START?

- AANMELDEN VOOR 1 JANUARI 2024
- BEGIN FEBRUARI 2024 START EERSTE GROEP
- ELKE 12 WEKEN = 12 JONGEREN PER JAAR

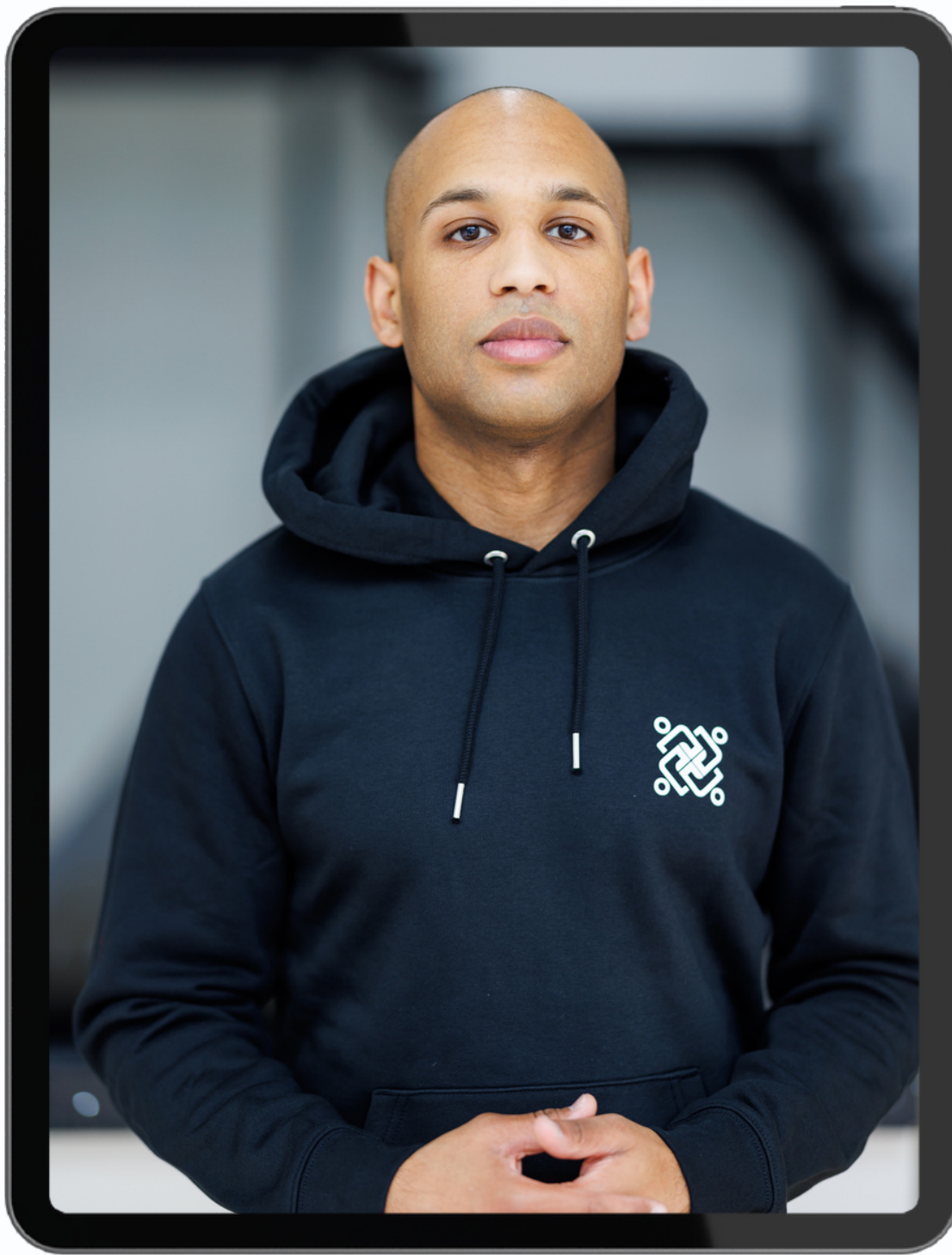
MEER INFO & AANMELDEN VIA:

WWW.DECODEHELPT.NL/IMPACT2024

MEER INFO:

www.decodehelpt.nl/impact2024





MET WIE HEB JE TE MAKEN?

Het zit diep. Dit komt uit mijn hart.
Zoals al eerder gezegd. Ik ben op een missie.
Bijdragen aan de kracht van Rotterdam.
Geen woorden, maar daden.

Delen = Respect
-Sjaam

WWW.DECODEHELPT.NL/IMPACT2024

MEER INFO:
www.decodehelpt.nl/impact2024

