

LEEF EN BEWEEG

Wil jij

- > Gezonder leven?
- > Minder stress?
- > Meer rust?
- > Positiever denken?

Start de training bij jou in de buurt

DE TRAINING IS GRATIS

OVER DE TRAINING:

Iedere week krijg je 2 uur les:
1 uur over gezonde voeding & gezond leven
1 uur actief bewegen

De training duurt 12 weken:
(10 weken les + 2 persoonlijke gesprekken)

Datum: iedere donderdag



September: 10, 17, 24
Oktober: 1, 8, 15, 29
November: 5, 12, 19, 26



Tijd:
10:00-12:00



Locatie:
HvdW Oriënt
Kobehof 5



In samenwerking met:

gro-up

Contactpersoon
Eke Poortinga



06-11849827



planning@inmovement.nu