

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 gezond leven

1 uur actief bewegen

De training duurt 11 weken:

(11 bijeenkomsten)

Datum: iedere vrijdag



sept: 11, 18, 25

okt: 2, 9, 16

Geen les op 23 en 30 oktober

nov: 6, 13, 20, 27

dec: 4



Tijd:

10:00-12:00 uur



Locatie:

Buurthuis Irene

Oudelandstraat 75



In samenwerking met:

SOL

Aanmelden bij:

Officemanager

Eke Poortinga

0611849827

planning@inmovement.nu