



## **INMOVEMENT ORGANISEERT:** Online bewegen met InMovement

Wil je lekker bewegen? Geef je op voor de online beweegles met onze sportcoach Elly.

Online bewegen is voor iedereen. Ook als je lichamelijke klachten hebt, of alleen zittend kan bewegen, kan je meedoen.

**Iedere maandag en/of woensdag is er 30 minuten online beweegles.** Gewoon thuis met je telefoon, tablet of laptop op Zoom.

Meld je aan. Om mee te doen krijg je van ons een link via whatsapp of E-mail. Het is leuk en gratis!



[www.inmovement.nl](http://www.inmovement.nl)

### **Wanneer?**

Iedere maandag en woensdag

### **Tijdstip?**

Ma: 15:00-15:30 uur

Wo: 13:30-14:00 uur

### **En verder?**

Je kan meedoen wanneer het jou uitkomt.

Je kunt maandag of woensdag meedoen of allebei!

### **Aanmelden of meer informatie?**

Neem contact op met je trainer van InMovement

of bij

Jennifer van Genderen

06-154554893

[j.van.genderen@inmovement.nl](mailto:j.van.genderen@inmovement.nl)