

STERK EN GEZOND

Wil jij meer kracht?

Wil jij je gezonder voelen?

Wil jij positiever denken?

Start de training bij jou in de buurt

TRAINING SPECIAAL VOOR MANNEN

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 vrijdag.



mrt: 13, 20, 27

april: 03, 10, 17, 24

mei: 15, 22, 29

juni: 05



Tijd:

10:00-12:00 uur



Locatie:

HvdW de Zevensprong

Mosoelstraat 20



In samenwerking met:

De kracht van
wij samen

DOCK
dock.nl

Aanmelden voor de training kan bij:

Dinie de Waal



06-18964457



ddwaal@dock.nl