

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.



sept: 17, 24

okt: 1, 8, 15, 29

nov: 5, 12, 19, 26

dec: 3



Tijd:

12:00-14:00 uur



Locatie:

HvdW de Zevensprong
Mosoelstraat 20



In samenwerking met:

De kracht van
wij samen

DOCK
dock.nl

Aanmelden bij:
Dinie de Waal



06-18964457



ddwaal@dock.nl

