

ONLINE LEEF & BEWEEG

Wil jij

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

Start de training vanuit huis!

DE TRAINING IS GRATIS

OVER DE TRAINING:

De cursus duurt 12 weken. Iedere week krijg je 60 minuten online les met jouw groepje. De trainer stuurt filmpjes. Je krijgt een mooi lesboek met bruikbare adviezen en tips.

Heb je internet en een smartphone, tablet, laptop of Ipad? Meld je dan aan!

Datum: iedere donderdag



september: 24
oktober: 1, 8, 15, 29,
november: 5, 12, 19, 26
december: 10



Tijd:
13:00-14:00 uur



Aanmelden bij:

Eke Poortinga
Officemanager

06-11849827

planning@inmovement.nu