



# ZEKER OP DE BEEN

Bent u nog zeker op de been? Het kan zijn dat u met de jaren een beetje balans, stabiliteit of zelfvertrouwen bent kwijtgeraakt. Geen zorgen, door middel van oefeningen en handige tips staat u zo weer een stuk steviger op uw benen. Én weet u hoe u moet opstaan als u toch gevallen bent. Wilt u dat ook? Doe mee aan de 8-weekse training Zeker op de Been.



**Wanneer?**

Vanaf dinsdagmiddag 24 maart



**Waar?**

Dorpskamer in Giessenburg



**Hoe laat?**

13:00 uur tot 14:00 uur

Heeft u vragen of wilt u zich opgeven? Neem contact op met één van de Bewegcoaches via 06-22810286 of mail naar [info@gigamolenlanden.nl](mailto:info@gigamolenlanden.nl)



Molenlanden



€20,- voor acht lessen

