



Bewegen met Gemak

Bewegen met Gemak.

Wat is Bewegen met Gemak

Samen heerlijk een uurtje bewegen met veel variatie in vele verschillende vormen. Balspelen, bewegen op muziek, spierversterkende oefeningen en vele vormen van Bootcamp lekker buiten.

Voor ieder wat wils waar het bewegen en de gezelligheid voorop staan.

Wij kunnen het, samen met jou en jij kunt het, samen met ons!

TRAININGSTIJDEN:

Maandag:

14.00 – 15.00 uur Sportcentrum Triade, Amanietlaan 9 Ermelo

20.30 – 21.30 uur Wethouder Balverszaal, Groenling 33 Ermelo

Running Therapie: in overleg 06-41580228

Kosten: Voor 3 maanden 60,00 euro. (1^e Periode; 15 Januari t/m 19 Maart).

Gratis Proefles, bel even onderstaand nummer.

Voor info.

Angela van Tol 06- 41580228

Paula Benders 06-18603940

bewegenmetgemak@gmail.com

Loopgroep Visie

DE LOOPGROEP VOOR DE RECREATIEVE LOPER

