



Wandelgroep "Buitenhove"

Voor wie: Voor mensen van 50+ met een chronische aandoening die meer willen bewegen

Wanneer: Dinsdagen van 12.00 - 13.00 uur
We starten met 5 bijeenkomsten op
19 juni, 26 juni, 3 juli, 10 juli en 17 juli
Vervolg in september mogelijk

Waar: Verzamelen voor wijkcentrum Het Knooppunt
J.H. Knoopstraat 5, Leeuwarden

GRATIS

Handig om te weten:

- Er gaat altijd een begeleider mee (sportcoach of zorgmedewerker)
- Afstand en tempo bepaalt u zelf
- Draag makkelijk zittende kleding en schoenen
- Ook bij regen gaat het door
- Aan- en afmelden niet nodig
- Deelname op eigen risico

WANDELEN IS GOED VOOR ...

