

MBvO - Fit & Vitaal 65+ Bewegen op muziek

Het geheim van gezond ouder worden is: bewegen! Iedereen die regelmatig aan lichaamsbeweging doet, voelt zich niet alleen fitter, maar houdt de conditie op peil of verbetert die.

Meer Bewegen voor Ouderen staat voor bewegingsactiviteiten voor mensen van 65 jaar en ouder. Wilt u ook (weer) wat aan uw conditie doen? Blijf fit en doe mee!



Noorddamcentrum, Noorddammerweg 1, Amstelveen



Start dinsdag 15 april 2025 van 14.45-15.45 uur



€ 54,00 voor 10 lessen

www.participe-amstelland.nu/cursus



Info en aanmelden

Cursusbureau Participe

Dr. Willem Dreesweg 2
1185 VB Amstelveen



020 54 30 441



cursus@participe.nu