

Samen buiten bewegen voor 55+



**Nieuw
in Bolsward**

start woensdag
8 september

- 🏃 Conditie training, outdoor fitness, balans/stabiliteit en coördinatie-oefeningen
- 🏃 Gezellig in groepsverband
- 🏃 Op veilige afstand van elkaar
- 🏃 Heerlijk in de buitenlucht
- 🏃 Deelname op eigen niveau
- 🏃 Professionele begeleiding



GoldenSports

Waar	Bolsward
Verzamelen	Kunstgrasveld/skeelerbaan, sportpark 'Het Bolwerk'
Tijdstip	Elke woensdagochtend van 10.00 - 11.00 uur, start woensdag 8 september 2021
Kosten	Strippenkaart met 10 strippen € 40,00 en een losse les € 4,50 (incl. koffie/thee). Eerste 5 lessen: € 1,00 per les.
Trainer	Janny Yntema
Aanmelden	beweegeteamswf@sportfryslan.nl, 06 51 44 19 95 Graag vooraf aanmelden, maar ook zonder opgave bent u van harte welkom!
Informatie	www.beweegeteamswf@sportfryslan.nl



'De hele dag een heerlijk gevoel.'

'Het kostte even wat moeite, maar ik ben nu blij dat ik in beweging ben gekomen!'

'Gezellig om met een groep te sporten.'