

FITGYM

De gymclub van Wachtum voor 50 +.

Wist u dat er in Wachtum de mogelijkheid geboden wordt om je conditie op peil te houden voor de leeftijdscategorie 50+ ?

Plaats : maandagavond in het Dorpshuis de Kom.

Fitgym tijd: 18:45----19:45 uur.

Tijdens de les wordt er aandacht geschonken aan de conditie, kracht, lenigheid en verschillende spelvormen.

De inhoud van de lessen wordt afgestemd met de deelnemers.

Natuurlijk gaan we ook voor gezelligheid.

De groep bestaat momenteel uit 10 personen en wij willen er graag nieuwe mensen bij hebben. Ook mannen zijn van harte welkom.

Lijkt het je leuk om hier aan mee te doen, schroom dan niet en kom eens kijken of neem een proefles.

Kosten: € 10 per maand. (behalve de zomermaanden)

Voor informatie kunt u terecht bij:

Jessie Ruinemans 06 43108604

Jannie van Laar 0524-552334



Bewegen is gezond!