



ZekerBewegen

Veilig vallen, opstaan en doorgaan

DURF WEER VRIJ TE BEWEGEN!

- **hoe voorkom ik dat ik val ? wat als ik toch val ?**
 - **hoe kom ik weer overeind ?**

In nov. start 'n nieuwe cursus **ZEKER BEWEGEN**

Data : vrijdag 4 t/m 25 nov. en 2-9 dec. Van 9.30-10.30 uur

Kosten : 6 lessen van een uur € 75

wordt door veel verzekeraars geheel of gedeeltelijk vergoed !

(Barends-/Kaizen sporters € 60)

Meer weten of inschrijven: mail barendssport@planet.nl

of bel 071-5174800 /

bij: Sportschool Kaizen-Herenstraat 126B-Voorhout

AL 80 SENIOREN GINGEN U VOOR EN WAREN ENTHOUSIAST!