

Start GoldenSports: dinsdag 1 september om 10.00 uur op de locatie Vredenburg, Slochterenweg 29 te Arnhem



vr, 21/08/2020 - 10:27



| beheer

GoldenSports biedt sport en bewegen voor 55+ in de buitenlucht. Steeds meer ouderen die op een prettige sociale manier iets aan hun fitheid willen doen, sluiten zich aan. Vanaf dinsdag 1 september is er de mogelijkheid om lekker buiten samen te bewegen onder begeleiding van een ervaren trainer, Ellen ter Burg. Natuurlijk op veilige afstand van elkaar. Na afloop is er gelegenheid om samen gezellig een kopje koffie, voor eigen kosten, te drinken en je eigen buurtbewoners te leren kennen.

Aanmelden hoeft niet

Iedereen die mobiel is kan meedoen, ook als u nog nooit eerder aan sport deed. De gevarieerde training is in de vertrouwde handen van Ellen ter Burg en vrijwilliger Ron van der Veer

Wanneer: iedere dinsdag van 10.00 uur-11.00 uur (ook in de vakanties)

Waar: verzamelen op locatie "De Vredenburg", Slochterenweg 29 te Arnhem

Kosten: strippenkaart € 30,- voor 10 keer of € 3,50 per keer

Mogelijk kunt u korting krijgen met uw Gelrepas.

Informatie: Ron van der Veer telefoon 06-44 22 01 01

e-mail: goldensportsarnhemzuid@gmail.com

Kom langs, doe mee en ervaar hoe fijn samen buiten sporten en bewegen kan zijn!!
DE EERSTE LES IS GRATIS

Samen buiten bewegen voor 55+



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

Doe mee en kom in beweging

