



# BeweegKuur

## Gecombineerde Leefstijlinterventie Het Hogeland

De BeweegKuur is een erkende Gecombineerde Leefstijlinterventie (GLI). In de interventie staat een combinatie van bewegen, gezonde voeding en gedragsverandering centraal.

## Wat is BeweegKuur GLI?

De BeweegKuur is een erkende Gecombineerde Leefstijlinterventie (GLI) en is gericht op het realiseren van gezondheidswinst voor mensen vanaf een matig gewicht gerelateerd gezondheidsrisico. In de interventie staat een combinatie van bewegen, gezonde voeding en gedragsverandering centraal.

## Beweegaanbod GLI gemeente Het Hogeland

Vanuit de verzekeraar wordt de begeleiding van het bewegen niet vergoed. Gemeente Het Hogeland ondersteunt graag het beweegaanbod voor deelnemers aan de Gecombineerde Leefstijlinterventie. Als u deelnemer bent van de GLI in de gemeente Het Hogeland en woonachtig in de gemeente, dan mag u drie maanden gratis gaan bewegen bij één van de aanbieders die hieronder vermeld staan. U mag rechtstreeks contact opnemen met de deelnemende aanbieders.

## Meer informatie?

Als u vragen heeft over het beweegaanbod of graag persoonlijk advies wilt, kunt u contact opnemen met Maarten Westerhuis van Bewegteam Het Hogeland.



**Maarten Westerhuis**  
m.westerhuis@hvdsg.nl  
06-41253214





# Beweegaanbod Het Hogeland

<b>Aanbieder</b>	<b>Mind en Motion</b>
Activiteit	<b>Fitness, Groepslessen en E-gym</b>
Locatie	Bedum
Contact	<b>E</b> <a href="mailto:marit@mind-motion.nl">marit@mind-motion.nl</a> <b>T</b> 06-15262987 <a href="http://www.mind-motion.nl">www.mind-motion.nl</a>

<b>Aanbieder</b>	<b>Zwembad de Beemden</b>
Activiteit	<b>Aquajoggen</b>
Locatie	Bedum
Contact	<b>E</b> <a href="mailto:aquasporten@beemden.nl">aquasporten@beemden.nl</a> <b>T</b> 050-3012858 <a href="http://www.beemden.nl/">www.beemden.nl/</a>

<b>Aanbieder</b>	<b>Ron Haans</b>
Activiteit	<b>Fitness, Groepslessen, Bootcamp, Spinning</b>
Locatie	Bedum
Contact	<b>E</b> <a href="mailto:bedum@ronhaans.nl">bedum@ronhaans.nl</a> <b>T</b> 050-7210826 <a href="http://www.ronhaans.nl/sportschool-bedum">www.ronhaans.nl/sportschool-bedum</a>

<b>Aanbieder</b>	<b>Dansschool Marijke</b>
Activiteit	<b>Zumba, Kracht en Stretch en Poledance</b>
Locatie	Bedum
Contact	<b>E</b> <a href="mailto:dansschoolmarijke@gmail.com">dansschoolmarijke@gmail.com</a> <b>T</b> 050-2111820 <a href="http://www.dansschoolmarijke.nl">www.dansschoolmarijke.nl</a>



<b>Vereniging</b>	<b>Fictoriesport fysiotherapie</b>
Activiteit	<b>Bootcamp, Wandelen</b>
Locatie	Bedum
Contact	<b>E</b> fictoriesportfysiotherapie@gmail.com <b>T</b> 06-55398670 www.fictoriesport-fysiotherapie.nl/

<b>Aanbieder</b>	<b>Fysio den Ommelanden</b>
Activiteit	<b>Fysiofitness</b>
Locatie	Bedum, Uithuizen en Uithuizermeeden
Contact	<b>T</b> 088-0005757 www.den-ommelanden.nl/

<b>Aanbieder</b>	<b>Fysio2Fit</b>
Activiteit	<b>Vrije fitness, E-gym</b>
Locatie	Winsum
Contact	<b>E</b> rickschaaphok@hotmail.com , <b>T</b> 0595-442161 www.fysio2fit.nl/informatie/

<b>Aanbieder</b>	<b>Fysiotherapie de Marne</b>
Activiteit	<b>Fysiofitness</b>
Locatie	Winsum en Wehe den Hoorn
Contact	<b>E</b> koen@fysiodemarne.nl <b>T</b> 06-30647746 www.fysiotherapiedemarne.nl/

<b>Aanbieder</b>	<b>Sport slim</b>
Activiteit	<b>Fitness, Goepslessen, Spinning, Bodyfit</b>
Locatie	Winsum
Contact	<b>E</b> info@sportslim.nl <b>T</b> 0595-441239 www.sportslim.nl/

<b>Aanbieder</b>	<b>Oude manege Winsum</b>
Activiteit	<b>Fitness, Groepslessen</b>
Locatie	Winsum
Contact	<b>E</b> info@manegewinsum.nl <b>T</b> 06-0793719 www.manegewinsum.nl/

<b>Aanbieder</b>	<b>Fysiotherapie aan 't Wad</b>
Activiteit	<b>Fysiofitness</b>
Locatie	Baflo en Eenrum
Contact	<b>E</b> info@fysioaantwad.nl <b>T</b> 0595-424586 www.fysioaantwad.nl/



**Blijf bewegen!**