

RONDJE GEZOND!



Wil jij werken aan je leefstijl en meer bewegen? Ben je vaak moe of merk je dat je conditie niet meer zo goed is? Dan is ons leefstijlprogramma 'Rondje Gezond' iets voor jou!

Het programma duurt 10 weken. We starten met een persoonlijk gesprek. Daarna ga je 1,5 uur per week met een leefstijlcoach en bewegcoach in een groep van maximaal 15 mensen op een positieve manier aan de slag met je gezondheid.

Informatie over het programma

Rondje Gezond start 2 mei 2024 op twee locaties in de gemeente. De intakes vinden plaats in april.

-  Gemeentehuis Leens
Donderdag van 09:00 tot 10:30
-  Sporthal de Mencke, Uithuizen
Donderdag van 14:30 tot 16:00

Meedoen?
Meld je aan!

Mail naar

Silvan Reilman
s.reilman@hvdsg.nl

of meld je aan via de website

www.hogelandbeweegt.nl/sprintgli



Bewegteamhethogeland



www.hogelandbeweegt.nl