

Stichting Welzijn Ouderen Zwijndrecht

biedt de volgende bewegingsactiviteiten voor volwassenen/senioren in service- en activiteitscentrum De Nederburgh, Duivenvoorde 211A te Zwijndrecht.

	<p>Aerobics voor 55plussers</p> <p>Startdatum vrijdag 2 september 9.00-9.45 uur €10,50 per maand.</p>
	<p>Gymnastiek voor mensen die geen grond oefeningen meer kunnen doen</p> <p>Startdatum vrijdag 2 september 10.00-10.45 uur Kosten: €10,50 per maand.</p>
	<p>Yoga</p> <p>Startdatum: donderdag 1 september 10.30-11.30 uur Kosten: €10,-50 per maand.</p>
	<p>Pilates</p> <p>Startdatum vrijdag 16 september 11.00-12.00 uur Kosten: €11,- per maand</p>
	<p>Koersbal</p> <p>Startdatum; september Iedere woensdag en vrijdag van 13.00 tot 16.00 uur Kosten: €7,- per maand voor een dagdeel</p>

Voor aanmelden en meer informatie kunt u contact opnemen met Henny van Nugteren: maandag- tot en met donderdagochtend van 8.30 tot 13.00 uur via 078-6122597 of 06-33616705, email: h.vannugteren@swoz.com.