

Balansstraat



Fotografie: Evert de Moort

Welkom bij de Balansstraat!

Aanmelden:

via administratie@safyr.nl of 0113 - 571679.

Elke woensdag tussen 12.30 en 17.30 uur, van 24 september t/m 3 december. Let op: geen bijeenkomst op 15 oktober (herfstvakantie).

Informatiebijeenkomst

10 september 13:00 - 14:30

Locatie

Dorpshuis Kruiningen

Volg een balansprogramma op je eigen niveau

- Professionele begeleiding door gecertificeerde bewegingsdeskundigen
- Voel je weer zekerder en sterker in het dagelijks leven
- Krijg praktisch inzicht in wat je zelf kunt doen
- Verbeter stap voor stap je evenwicht en coördinatie
- Verklein je valkans met bewezen effectieve oefeningen
- Leer over voeding, beweging, slaap en zelfstandig blijven

www.balansstraat.nl