

Voorkom vallen

Kom in beweging

Hoe gaat het met jouw evenwicht?

Dinsdag
14 januari
2025

Uitnodiging

Bijeenkomst Voorkom vallen

Als je ouder wordt kan een val nare gevolgen hebben. Kom daarom naar de voorlichting over valpreventie in Sportpark Coendersborg. Laat je risico testen, dan weet je meteen of 'In Balans' een geschikt programma voor jou is. Val niet, kom in beweging. Nog gezellig ook!

Voor meer info:
sport050.nl/voorkomvallen of mail
voorkomvallen@ groningen.nl

Coendersborg

Wanneer: Dinsdag 14 januari 2025
Tijdstip: 13.30-15.30 uur
Waar: Sportpark Coendersborg
Kooiweg 1, Groningen
Voor wie: 65 plussers
Wat: Testen balans, spierkracht en valrisico. Voorlichting over valpreventie en de beweegprogramma's
Kosten: gratis