

Meer Bewegen  
voor 60+!

4

GEZONDHEIDSCENTRUM **SCHALKWIJK**



# Meer Bewegen voor 60+!

Wilt u langer fit en vitaal blijven? Doe dan mee met **Meer Bewegen voor 60+** onder begeleiding van een fysiotherapeut werken aan uw gezondheid.

## Samen met u werken aan:

- het vergroten van uw uithoudingsvermogen
- het versterken van de spieren
- het verbeteren van uw coördinatie en evenwicht

Iedere maandag- óf donderdagochtend van 10.00 - 11.00 uur bij Gezondheidscentrum Schalkwijk, Briandlaan 11 (4e etage) te Haarlem.

U kunt zich opgeven bij de assistente onder telefoonnummer 023 - 5361467 (8.30 - 12.30 uur) of op bovengenoemd adres.

Kosten: € 60,- voor 12 sessies.

Gezondheidscentrum Schalkwijk  
Briandlaan 11  
2037 XE Haarlem

[www.gcschalkwijk.nl](http://www.gcschalkwijk.nl)