

Samen met Bewegen Op Verwijzing-coach Wouter Buelens

5 GRATIS
GROEPSESSIES IN
oktober-november-
december

Beweging en valpreventie

De Bruul ontmoetingscentrum
Brouwersstraat, Leuven

Voor meer info surf naar www.leuven.be/bewegen-op-verwijzing
of scan de QR-code



In samenwerking met :



Nood aan een duwtje in de rug om **meer te bewegen**? Bewegen Op Verwijzing-coach Wouter Buelens helpt je op weg met **5 coachingsessies in groep**. We besteden aandacht aan valpreventie, duurzame beweegtips, algemeen welzijn en beweegmomenten.

2/10: infosessie (iedereen welkom!)

23/10, 6/11, 13/11, 20/11 en 4/12: groepssessies

→ **Telkens op maandag van 15u30 tot 17u**

→ **Afspraak aan zaaltje De Bruul (Bruulpark)**

Gratis

Inschrijven (verplicht) en meer info

wouter.buelens@bewegenopverwijzing.be

Tel: 0468 13 08 88

