Zitfit: stoelgym voor senioren

Woonzorgcoöperatie Voorst (De Benring)

Maandag 22 december 2025 van 11:30 tot 12:15 uur

Over 3 weken

Woonzorgcoöperatie Voorst (De Benring)

Tuinstraat 51, Voorst

Terugkerende activiteit

Wekelijks op maandag tot en met 22 december 2025

Stoel gym

Onder begeleiding van Marit krijgt u stoelgymnastiek voor ouderen, zittend op de stoel krijgt u allemaal oefeningen om fit te blijven. De doelgroep zijn de senioren, de activiteit is gratis. Komt u een keertje mee doen?

Kern

Voorst (het dorp)

Voor wie

Senioren

Waarover

Gezondheid

Wat

Buurtactiviteit

Ga voor meer informatie naar
kijkindekernen.nl/agenda