

BUURTSPOORTCOACH  
RIVIERENBUURT/STATIONSBUURT

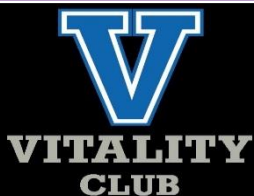
Beweeg jij  
ook mee?



VITALITY  
CLUB

Sporten en bewegen is goed voor iedereen, ook op oudere leeftijd. Samen bewegen helpt je om fit te blijven, een goede conditie te behouden en je lichamelijk en mentaal fitter te voelen. Ook verlaagt het de kans op (chronische) ziektes. Daarom start Buurtsportcoach Casy in samenwerking met Streetsport de 'Vitality Club'. Tijdens dit wekelijkse *gratis* beweeguurkje kun je op een heel makkelijke manier met leeftijdsgenoten buiten lekker gaan bewegen en werk je elke week aan je conditie en gezondheid. Daarna is er gelegenheid om met elkaar een kopje koffie of thee te drinken.

**GRAAG TOT ZIENS OP MAANDAG!**



**Vitality Club Rivierenbuurt**  
Maandag van 11.00 - 12.00 uur  
Locatie: O3 Rivierenbuurt

**Meld je aan bij buurtsportcoach Casy**

