

# BEWEEGVERENIGING

**BEWEGEN IS LEUK  
EN KAN OP IEDER NIVEAU  
VORDEN**

**Elke maandagochtend kunt u meedoen met onze beweeggroep. De beweeglessen zijn heel ontspannen, gezellig en kunnen vanuit de (rol)stoel worden beoefend. De oefeningen zijn onder andere gericht op coördinatie, spierkracht en Algemene Dagelijkse Levensverrichtingen (ADL).**

Lijkt het u wat om samen te bewegen? Doe dan met ons mee.

## AANMELDEN

Meld u aan op de website [www.sensire.nl](http://www.sensire.nl), op de pagina 'wonen met zorg'. U kunt u ook aanmelden bij uw contactverzorgende. De Beweegvereniging biedt een programma van 40 lesweken per jaar. Met in de zomerperiode een alternatief programma.

DAG	TIJD	LOCATIE	PLAATS
maandag	10.30 - 11.00 uur	Lindenhof	Vorden
maandag	11.30 - 12.00 uur	Hackforterhof	Vorden

## KOSTEN

De kosten bedragen €21,- per maand.

## MEER INFORMATIE

Neem voor meer informatie contact op met bewegingsagoog Rob Wentink via 06 - 28 24 61 58 of [r.wentink@sportservicedoetinchem.nl](mailto:r.wentink@sportservicedoetinchem.nl).

De Beweegvereniging is een samenwerking met Sportservice Doetinchem.

