Sport-ID beweeg mee met stoelgym op woensdag

Noabers van Dichteren

Woensdag 31 december 2025 van 10:55 tot 11:45 uur

Over 4 weken

Noabers van Dichteren

Willy Brandtplein 24, Doetinchem

Terugkerende activiteit

Wekelijks op woensdag tot en met 29 april 2026

De lessen zijn licht intensief en de meeste beweegvormen worden met behulp van de stoel gedaan afhankelijk van het niveau van de deelnemer. Zo kan iedereen meedoen op zijn of haar eigen niveau.

De lessen zijn gericht op kracht, lenigheid, balans, coördinatie en een slotspel. De lessen worden aangeboden in buurthuizen of woonzorgcentra, waar afgesloten wordt met een kopje koffie.

Benieuwd naar meer leuke activiteiten of extra informatie? KLIK HIER en ontdek onze maandelijkse activiteitenlijst.

Voor wie

Senioren

Waarover

Gezondheid, Sport en bewegen

Wat

Buurtactiviteit

Ga voor meer informatie naar
onsdichteren.nl/agenda

Sport-ID beweeg mee met s... 31-12-2025 / 10:55 - 11:45 Willy Brandtplein 24

Sport-ID beweeg mee met s... 31-12-2025 / 10:55 - 11:45 Willy Brandtplein 24

Sport-ID beweeg mee met s... 31-12-2025 / 10:55 - 11:45 Willy Brandtplein 24

Sport-ID beweeg mee met s... 31-12-2025 / 10:55 - 11:45 Willy Brandtplein 24

Sport-ID beweeg mee met s... 31-12-2025 / 10:55 - 11:45 Willy Brandtplein 24

Sport-ID beweeg mee met s... 31-12-2025 / 10:55 - 11:45 Willy Brandtplein 24

Sport-ID beweeg mee met s... 31-12-2025 / 10:55 - 11:45 Willy Brandtplein 24

Sport-ID beweeg mee met s... 31-12-2025 / 10:55 - 11:45 Willy Brandtplein 24

Sport-ID beweeg mee met s... 31-12-2025 / 10:55 - 11:45 Willy Brandtplein 24

Sport-ID beweeg mee met s... 31-12-2025 / 10:55 - 11:45 Willy Brandtplein 24

Sport-ID beweeg mee met s... 31-12-2025 / 10:55 - 11:45 Willy Brandtplein 24

Sport-ID beweeg mee met s... 31-12-2025 / 10:55 - 11:45 Willy Brandtplein 24

Sport-ID beweeg mee met s... 31-12-2025 / 10:55 - 11:45 Willy Brandtplein 24

Sport-ID beweeg mee met s... 31-12-2025 / 10:55 - 11:45 Willy Brandtplein 24

Sport-ID beweeg mee met s... 31-12-2025 / 10:55 - 11:45 Willy Brandtplein 24

Sport-ID beweeg mee met s... 31-12-2025 / 10:55 - 11:45 Willy Brandtplein 24