Sport-ID: beweeg mee met stoelgym op donderdag

Noabers van Dichteren

Donderdag 29 januari 2026 van 09:40 tot 10:30 uur

Over 2 maanden

Noabers van Dichteren

Willy Brandtplein 24, Doetinchem

Terugkerende activiteit

Wekelijks op donderdag tot en met 9 april 2026

De lessen zijn van 09.45 tot 10.30 en 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

Sport en bewegen

Wat

Buurtactiviteit

Ga voor meer informatie naar
onsdichteren.nl/agenda

Sport-ID: beweeg mee met... 29-01-2026 / 09:40 - 10:30 Willy Brandtplein 24

Sport-ID: beweeg mee met... 29-01-2026 / 09:40 - 10:30 Willy Brandtplein 24

Sport-ID: beweeg mee met... 29-01-2026 / 09:40 - 10:30 Willy Brandtplein 24

Sport-ID: beweeg mee met... 29-01-2026 / 09:40 - 10:30 Willy Brandtplein 24

Sport-ID: beweeg mee met... 29-01-2026 / 09:40 - 10:30 Willy Brandtplein 24

Sport-ID: beweeg mee met... 29-01-2026 / 09:40 - 10:30 Willy Brandtplein 24

Sport-ID: beweeg mee met... 29-01-2026 / 09:40 - 10:30 Willy Brandtplein 24

Sport-ID: beweeg mee met... 29-01-2026 / 09:40 - 10:30 Willy Brandtplein 24

Sport-ID: beweeg mee met... 29-01-2026 / 09:40 - 10:30 Willy Brandtplein 24

Sport-ID: beweeg mee met... 29-01-2026 / 09:40 - 10:30 Willy Brandtplein 24

Sport-ID: beweeg mee met... 29-01-2026 / 09:40 - 10:30 Willy Brandtplein 24

Sport-ID: beweeg mee met... 29-01-2026 / 09:40 - 10:30 Willy Brandtplein 24

Sport-ID: beweeg mee met... 29-01-2026 / 09:40 - 10:30 Willy Brandtplein 24

Sport-ID: beweeg mee met... 29-01-2026 / 09:40 - 10:30 Willy Brandtplein 24