

Balansstraat



Fotografie: Evert de Moort

Welkom bij de Balansstraat!

sdvitaal

Aanmelden:

www.sdvitaal.nl

Start 23 maart in De Saele, Oosterland
10 weken inclusief terugkombijeenkomst
75 minuten per les

Volg een balansprogramma op je eigen niveau

- Professionele begeleiding door gecertificeerde bewegingsdeskundigen
- Voel je weer zekerder en sterker in het dagelijks leven
- Krijg praktisch inzicht in wat je zelf kunt doen
- Verbeter stap voor stap je evenwicht en coördinatie
- Verklein je valkans met bewezen effectieve oefeningen
- Leer over voeding, beweging, slaap en zelfstandig blijven

www.balansstraat.nl