SCIANDRI

ERVAAR, PROEF & BEWEEGDAG

voor 60 jaar en ouder

Zondag 25 oktober: 13.00 - 16.00 uur
Sporthal Oostenburg
(Oostenburgergracht 151, Amsterdam)
Deelname is GRATIS

Ervaar: *Een gezellige middag met veel info op het gebied van langer zelfstandig en gezond blijven.*

Proef: *Diverse gezonde lekkernijen uit de kantine en het buurtrestaurant.*

Beweeg: *Stoelengym, stoelendans, stoelenyoga, Nordic Walking, & conditietraining.*

En meer: *Wat kun je nog allemaal doen na een nieuwe heup/knie? Informatie en ondersteuning voor mantelzorgers, Diëtiste, en nog veel meer...*

Voor meer informatie: Bel: *023-5327044* of mail naar: *centrum@sciandri.com*

Gemeente Amsterdam Centrum

IJsterk stimuleert ontwikkelt & verbindt mensen

Centram maatschappelijke dienstverlening

Markant centrum voor mantelzorg

LEEFSTIJL Fysiotherapie & Training leefstijlfysio.nl

SCIANDRI sportmanagement

/sciandri_sport **www.sciandri.com** /sciandri.sportmanagement