

WIJ ZIJN
CORONA
PROOF

Kom gratis meedoen met de proefles!

Wilt u meer informatie? Kijk dan op
www.denhaagblijftstaan.nl

Liever persoonlijk contact? Neem contact op
via a.quist@sportiefplus.nl of bel 06 536 099 56.
Wij staan u graag te woord.



Den Haag



SPORTIEF
PLUS

Valpreventie groepslessen

Samen helpen we
vallen voorkomen!

- Gezellige groepslessen
- 1 uur in de week á 13 weken
- Professionele begeleiding
- Gratis proefles!

De groepslessen

In de 13-weekse valpreventie groepslessen gaan we aan de slag met het verbeteren van uw balans, mobiliteit en spierkracht. Professionele beweegcoaches en fysiotherapeuten passen de lessen aan zodat iedereen op zijn of haar niveau goed mee kan doen.

Waar en wanneer?

De valpreventie groepslessen beginnen in de tweede week van juli 2021. Kijk voor het aanbod bij u in de buurt op de plattegrond hiernaast!

Gratis proefles

Benieuwd of de valpreventie groepslessen iets voor u zijn? Kom het ervaren en doe de eerste les gratis mee!

Kosten 12 lessen: €50,-

50%
korting met de
ooivaarspas!

Aanmelden

Aanmelden kan via de website:
www.denhaagblijftstaan.nl

Wijkcentrum de Henneberg

Tramstraat 15
Vanaf vrijdag 9 juli
09:00 - 10:00 uur

De Wiekslag

Molenbrink 68A
Vanaf woensdag 7 juli
15:30 - 16:30 uur

HKV/Ons Eibernest

Steenwijklaan 16
Vanaf donderdag 8 juli
10:00 - 11:00 uur

Budosportcomplex Lu Gia Jen

Baamburggestraat 8A
Vanaf vrijdag 9 juli
13:30 - 14:30 uur

Ontmoetingscentrum Morgenstond

1e Eeldepad 3A
Vanaf maandag 5 juli
13:30 - 14:30 uur

S.V. Erasmus

Erasmusweg 1200
Vanaf dinsdag 6 juli
10:00 - 11:00 uur

Loosduinen

Escamp

Laak

Haagse
Hout

Scheveningen

Segbroek

Centrum
Den Haag

Hit and Health

Catharinaland 5
Vanaf dinsdag 6 juli
11:00 - 12:00 uur

Wijk- en dienstencentrum Bezuidenhout

Johannes Camphuijsstraat 25
Vanaf donderdag 8 juli
09:00 - 10:00 uur

HSV VUC

Het Kleine Loo 1
Vanaf vrijdag 9 juli
11:00 - 12:00 uur

Adam Vadercentrum

Jonckboetplein 24
Vanaf dinsdag 6 juli
13:30 - 14:30 uur

Wijkcentrum Cromvlietplein

Cromvlietplein 120
Vanaf woensdag 7 juli
13:00 - 14:00 uur