

**GEZOND  
& VITAAL**  
ouder worden

# Fittest Langbroek

Zaterdag 30 maart 2019

## Gezond en fit blijven

Zo lang mogelijk gezond en fit blijven, dat wil toch iedereen? Helaas is een goede gezondheid niet vanzelfsprekend, maar kunt u deze wel bevorderen. Sport of beweegt u op dit moment weinig of niet en wilt u hier verandering in brengen? Dan biedt de werkgroep Gezond & Vitaal ouder worden u de kans gratis deel te nemen aan de Max Vitaal fittest voor inwoners tussen de 55 – 85 jaar.



## Fittest

De fittest vindt plaats op zaterdag 30 maart in sporthal Oranjarahof in Langbroek. Hiervoor kunt u zich voor 28 maart 2019 inschrijven op [www.maxvitaal.eu](http://www.maxvitaal.eu) of u kunt langskomen op het inloopspreekuur.

## Inloopspreekuur Dorpshuis De Toekomst

Wilt u hulp bij het inschrijven voor de fittest, dan kunt u langskomen tijdens het inloopspreekuur:

Donderdag 21 en 28 maart | 15:30-17:00 | Dorpshuis De Toekomst | Prinsenplein 3 Langbroek

## Meer informatie

Heeft u vragen over de inschrijving, fittest en/ of het vervolg, dan kunt u contact opnemen met Tobias Wijnmaalen (projectleider) | 06 17 41 35 17 | [tobias.wijnmaalen@stichtingwijken.nl](mailto:tobias.wijnmaalen@stichtingwijken.nl).

