

*Fit in
Wassenaar* &

Amarosa
OMDAT JE BENT WIE JE BENT

**organiseren op
dinsdag 2 september in
het Ontmoetingspunt de Wijck
de opening van het seizoen met 'n
gevarieerd programma:**

10.30 - 11.15 uur koffie / thee

11.15 - 12.00 uur 🌸 **Dennis' Flowerhouse'** 🌸

11.15 - 12.00 uur beweegactiviteit door Fit in wassenaar

We gaan samen 45 minuten wandelen, waarbij mensen binnen hun eigen mogelijkheden kunnen meedoen. Tijdens deze wandeling combineert de beweegcoach lichaamsbeweging (wandelen) met spierversterkende en coördinatie oefeningen. Dit biedt de deelnemers een leuke en uitdagende wandeling.



12.00-13.00 smakelijke lunch in de Wijck