



Datum 25-2-2020
Onderwerp Uitnodiging Beweegmarkt 65+ Stede Broec

Geachte meneer/mevrouw,

Het is belangrijk om gezond en fit te blijven. Dit kan door een gezonde leefstijl aan te nemen en te behouden. Team Sportservice en de seniorenraad en de gemeente Stede Broec helpen u graag bij een gezonde leefstijl en nodigen u daarom uit voor de beweegmarkt 65+ Stede Broec op dinsdag 24 maart 2020!

Informatie over de test

De fitheidstest meet hoe fit u bent. Zo kijken wij samen naar uw balans, kracht en uithoudingsvermogen. Ook wordt uw lengte gewicht en bloeddruk gemeten. Na afloop weet u hoe fit u bent. Met deze gegevens kunt u bij iemand van team Sportservice worden doorverwezen naar een passend sportaanbod. Alles bij elkaar bent u ongeveer 25 minuten bezig. Er zijn geen kosten aan de test verbonden.

Locatie Beweegmarkt

De beweegmarkt 65+ met de fitheidstest is op **dinsdag 24 maart van 10.00 tot 14.00** uur in Sportcafé de Flint (Princenhof 6, 1611 WS Bovenkarspel).

Aanmelden en kosten

U kunt zich tot dinsdag 17 maart aanmelden voor de fitheidstest door je in te schrijven via info@seniorenraad.nl of neem contact op met Ria Smit, telefoonnummer 0228-525607 voor meer informatie.

Vermeld hierbij uw contactgegevens (naam, adres, postcode, woonplaats, telefoonnummer, geboortedatum en voorkeur voor ochtend of middag). Wij gaan ons best doen om aan iedereen zijn voorkeur te voldoen.

Als u zich aanmeldt, sturen wij u een e-mail met een tijdstip waarop u verwacht wordt voor een fitheidstest. De kosten zijn gratis!

Meer informatie

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Ria Smit-Kaagman van de Seniorenraad. Telefoonnummer 0228-52 56 07.

Met vriendelijke en sportieve groet,

Team Sportservice
Seniorenraad Stede Broec
Bart de Haas Gebiedsverantwoordelijke gemeente Stede Broec

Deelnemen aan de fitheidstest is op eigen risico.