

# Sporten onder begeleiding **Fitness Vitaal 50+**



elke dag jezelf zijn

land  
van  
horne



Fitness Vitaal 50+

# Fitnessgroepen voor 50-plussers

**Bewegen is goed voor iedereen. Natuurlijk... het maakt u fitter, sterker en leniger, maar bewegen is ook goed voor de hersenen én voor uw humeur. Speciaal voor de 50-plussers is er Fitness Vitaal 50+.**

Sporten in een ongedwongen sfeer onder professionele begeleiding van een beweegagoog, ieder op zijn of haar eigen niveau.

## Uw voordelen

- Professionele begeleiding
- Oefenschema op maat
- Kleine fitnessgroepen (max. 8 pers.)
- Sporten in een ongedwongen en gezellige sfeer.

We sporten op het Zorgplein, in de oefenzaal van het Behandelcentrum, Vogelsbleek 1 in Weert.

## Wanneer en wat kost het?

De fitnessgroepen zijn op meerdere dagen in de week. Afhankelijk van uw lidmaatschap kunt u één keer per week komen sporten of meerdere keren in de week. Meer informatie hierover vindt u op onze website.

**Vitaal Thuis**  
Vogelsbleek 1  
6001 BE Weert

[vitaal thuis@landvanhorne.nl](mailto:vitaal thuis@landvanhorne.nl)  
088 987 85 00  
[landvanhorne.nl/vitaal thuis](http://landvanhorne.nl/vitaal thuis)

**Kom naar een  
gratis proefles**

**Bel 088 987 85 00**