

Bewegen op Recept is een initiatief van:

sportbedrijf  
AMSTELVEEN

Fysiotherapie Dekker



BEWEGEN  
OP RECEPT

# Binnen Buiten Bewegen

**Wil je je lichaam gezonder maken door te bewegen?  
Wil je jezelf fitter en energiever voelend? Wil je gezellig in  
een groep bewegen? Dat kan!**

## Binnen Buiten Bewegen (BBB)

In uw eigen tempo en op uw eigen niveau neemt u deel aan de lessen en activiteiten en geniet u samen na afloop van een kopje thee/koffie. BBB is onderdeel van Bewegen Op Recept.

**Wanneer?** Zo snel mogelijk in april, 10 weken, elke woensdag van 16.00-17.00

**Voor wie?** Voor bewoners uit de wijk, die in beweging willen komen.

**Waar?** 5 lessen in de oefenzaal van Fysiotherapie Dekker, 5 lessen buiten in de wijk, onder begeleiding van een fysiotherapeut en sporttrainer.

**Kosten?** U betaalt € 35 voor de gehele cursus.

**Vragen?** Fysiotherapie Dekker, [info@fysiotherapiedekker.nl](mailto:info@fysiotherapiedekker.nl), tel 020-6418641  
(Ma t/m vrij 08-17 uur)

