



## Bewegen Op Maat In het Cwartier

### Wanneer:

Iedere donderdagmiddag van 13:00 tot 14:00 uur  
Startdatum 1e les: **24 mei**

### Locatie:

Let's Move (Punt Welzijn)

Beekstraat 54

6001 GJ Weert

### Kosten:

€1,50 per uur per keer



**Bewegen Op Maat** zegt het al, iedereen kan bewegen op zijn of haar eigen niveau. Let's Move is een stichting in beweging, letterlijk en zeker ook figuurlijk. We werken met een fris en energiek team wat zich dagelijks inzet om Gezond Gedrag te stimuleren bij de inwoners van Weert. Het is wetenschappelijk bewezen dat je van beweging beter in je vel gaat zitten! Wij vinden het dus ook belangrijk om iedereen die kans te geven.

De beweegmakelaar van Let's Move start daarom een nieuwe beweeggroep in het Cwartier te Weert. In samenwerking met Punt Welzijn hebben we een ruimte gevonden waar onder leiding van een beweegcoach, een beweeguurtje gegeven gaat worden. Deze is voor iedereen toegankelijk!

### Heb je zin om mee te doen?

Neem dan contact op met de beweegmakelaar op het onderstaande telefoonnummer en/of e-mailadres:

**Esther van den Bor**

**Tel: 06-54210469**

**M: [e.vandenbor@puntwelzijn.nl](mailto:e.vandenbor@puntwelzijn.nl)**