

Hey jij!

# Beweeg op jouw manier

**Waar:** Sportcomplex De Eendr8 in Hellevoetsluis

**Wanneer:** Donderdag 31 oktober vanaf 9:30 tot 12:00

## ***Draai je fit!***

Ben jij een jonge ouder die zin heeft in weer een beetje beweging tussen de drukte door? Kom op donderdag 31 oktober naar hét event *Beweeg op jouw manier* en ontdek hoe je sporten makkelijk kunt inpassen in jouw drukke leven.

## ***Wat kun je verwachten?***



Draai aan ons rad en win een sportieve uitdaging die bij je past: van een mindful yogales tot een wandeling met je kleintje!



Ontvang een kaartje voor een activiteit die je samen met je partner kunt doen, alleen of met een vriend(in), want samen bewegen is nog leuker!



We houden rekening met jouw drukke schema en geven tips om toch in beweging te blijven, zonder dat het voelt als 'weer een taak'.

Kom langs, draai je fit, en beweeg op jouw manier!

Tot ziens op 31 oktober!

push