



bewegsessies

Heb je zin in bewegen?



**Niet alleen thuis, maar in een klein groepje,
wandelen, benen en armen bewegen, looppasjes,
springen, dansen ... Dit alles op je "eigen" ritme!**

WELKOM!

**van 18 u tot 19 u op donderdag 20 april 2017
donderdag 4 en 18 mei
donderdag 1 * 15 en 29 juni**

**samenkomst aan de Parkstraat 34 te Vilvoorde
(bij slecht weer in LDC Pallieter, bij mooi weer in het Park)**

**een samenwerking van de Vlaamse Atletiekliga (VAL)
en (W)arm-kracht vzw**