

BUURTSPOORTCOACH BOUWLUST/VREDERUST

**Beweeg jij
ook mee?**



Wil je afvallen, fitter worden, een betere conditie opbouwen, of gewoon op een leuke manier actief in beweging blijven? Kom dan naar de sportles bij Allekanten speciaal voor vrouwen met kinderen. Als moeder ben je tenslotte het voorbeeld voor je kind en zien bewegen doet bewegen. Tijdens de workout werk je, samen met jouw kinderen, elke week aan de conditie en gezondheid van je zelf en dat van de kinderen. Je sterkt je spieren aan, krijgt meer energie en voelt je fit en lekker in je vel.

Wacht niet langer en zet de eerste stap naar een sterkere en fittere versie van je mooie zelf.



Lady Fit (met kids)

Elke dinsdag van 16:00 - 17.00 uur
Allekanten, Speelzijde 8

Vanaf 1 september

Meld je aan bij buurtsportcoach Casy

