

bewegen, grijp je kans

zaterdag 10 maart 2012 van 09.00 u. tot 17.00 u.
complex Steborg, Broekstraat 1, Stevoort-Hasselt



Voormiddag (van 9.30 u. tot 12.30 u.)

Prof. Westhovens (reumatoloog)
Belang van bewegen

Dr. Deweerdt (orthopedist)
Bewegen na chirurgie



Hoe goed opwarmen?

Vital Borkelmans (voetbalcoach)
peter van de bewegingsdag

Bewegen in groep voor alle deelnemers

Pauze en middagmaal

Namiddag (van 14.00 u. tot 17.00 u.)

Eddy Gielen (kinesitherapeut): kiné/fitness en RA
Workshops: Tai chi, Mindfulness

Salsa met Dana Winner



deelname: 13,00 €

voormiddag of namiddag: 5,00 € (zonder middagmaal)

inschrijven vóór 1 maart 2012 via folder of website

h o o f d -
s p o n s o r

