

*Tiedverdrief in Vrieje Tied,  
activiteitencentrum "t Zumpke"  
Reggestraat 85,  
7468 EJ ENTER.  
tel. 0547-382585*

september 2023

### Creatief bewegen voor vrouwen

Wij zijn een gezellig groepje dames van 50+ die samen een uur per week gymmen op muziek.

Dit doen we onder begeleiding van Heilgymnaste Simone.

Samen met haar blijven we een uur lang in beweging waarvan een half uur op de mat.

Het is dus ook super goed voor onze gezondheid!

De maximale groepsgrootte is 10 personen

Na de les is er de mogelijkheid om nog even na te praten onder het genot van een kopje koffie of thee tegen een kleine vergoeding.

De lessen:

Dinsdagochtend van 9.00 tot 10.00 uur

De kosten zijn 6,20 per les.

In de periode september t/m december zijn er 16 lessen.

In de periode januari t/m juni zijn er 24 lessen.

U betaalt het lesgeld voor aanvang van een periode, dus 2x per jaar.

U kunt zich opgeven bij de cursus-coördinator Margriet Kerkhof.

Bij voorkeur per email: [creatiefbewegen@tiedverdrief.nl](mailto:creatiefbewegen@tiedverdrief.nl)

Telefoon: 0547-381565

Mocht u nog vragen hebben kunt u altijd contact opnemen met de coördinator.

Het cursusgeld kan worden overgemaakt naar:

Banknr.: NL55 RABO 0317 4405 86 t.n.v. Tiedverdrief in Vrieje Tied

t.n.v. Tiedverdrief