

Fit Challenge Houtwijk

Gezocht:

16 mannen en vrouwen (55+)
die blijvend fitter willen worden

Start
26 januari 2023

Scan de QR-code
om u aan te melden!



Den Haag



**Gezondheidscentrum
Houtwijk**

Fit Challenge Houtwijk in het kort:

- **Wat:** 13 weken aan de slag met beweging, gezonde voeding en gedrag. Onder begeleiding van de buurtsportcoach, diëtiste en praktijkondersteuner.
- **Voor:** alle 55+ers, die patiënt zijn bij gezondheidscentrum Houtwijk.
- **Waar:** op locatie in Houtwijk, meer info volgt.
- **Wanneer:** startdatum is 26 januari 2023.
- **Trainingen:** elke dinsdag en donderdag van 16.00-17.00 uur
- **Kosten:** €37,50 per persoon.
- **Meer informatie en aanmelden:** scan de QR-code of ga naar shg.nl/fit-challenge-houtwijk

Dit is een initiatief van SHG Gezondheidscentrum Houtwijk en de gemeente Den Haag