

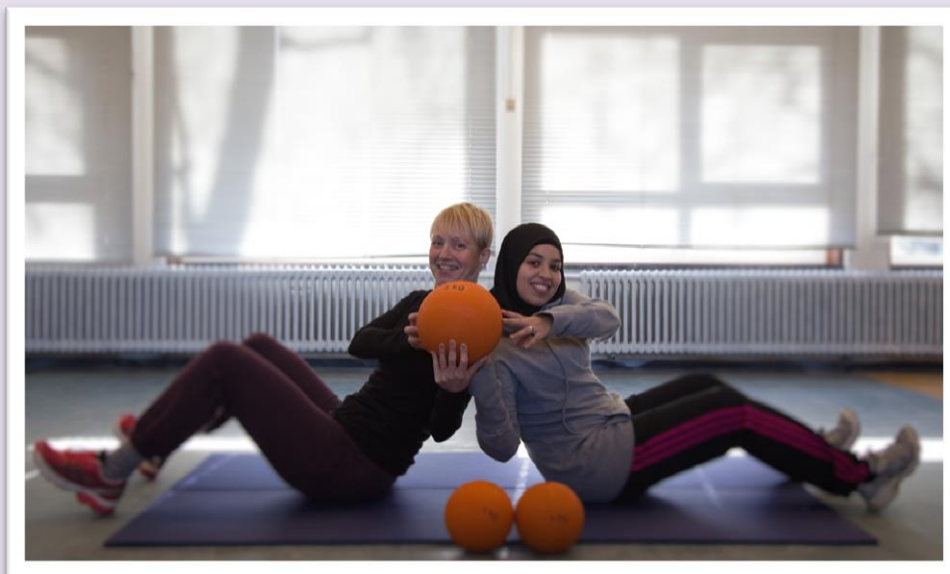


2017

VROUW - SPORT - GEZONDE LEEFSTIJL

Doe mee met Sportenderwijs. Een gratis proefles kan altijd!

Leefstijlprogramma najaar 2017 Leiden



Sportenderwijs Gezonde Leefstijl

Voorlichtingsprogramma over gezond leven met aerobics, pilates en yoga in één les.

Sportenderwijs Aan de Slag Start in januari op uitnodiging!

Een trainingsprogramma van lichaam en geest, op weg naar vrijwilligerswerk, opleiding of betaald werk.

Ontspanning door Inspanning (ODI)

Leer omgaan met uw gezondheidsklachten door speciale oefeningen. Onder deskundige begeleiding van een GGZ preventiemedewerkster en een beweainstructeur

Beweegdiploma 1 – Go4kids

Ouder-kind gym (2-4 jaar)

Samen sporten met peuters en kleuters!

Zie ommezijde voor programma bij jou in de buurt!

Stichting Sportenderwijs.nl | Arubapad 2-Box 24 | 2315 VA Leiden

Secretariaat | T. 071 5241938

Liza Soffner | T. 06 11228867 | liza@sportenderwijs.nl



VROUW - SPORT - GEZONDE LEEFSTIJL

Doe mee met Sportenderwijs. Een gratis proefles kan altijd!

Leefstijlprogramma najaar 2017 Leiden

Lessen starten vanaf 11 september 2017

Sportenderwijs Gezonde Leefstijl

Dinsdag 09:00–10:30 uur Epicentrum*

Dinsdag 13:00–14:30 uur Morschwijk

Donderdag 09.30-11.00 uur Stevenshof**

Donderdag 12:30–14:00 uur Gebouw

15 lessen | 1/week | €30 (€2/les)

Ontspanning Door Inspanning

Maandag 09.30-11.45 uur Gebouw

8 lessen | 1/week | €16 (€2/les)

Sportenderwijs Aan de Slag - Leefstijlambassadeurs

Woensdag 09:30–12:00 uur Springplank -Gebouw

30 lessen, 1 jaar 1/week

Geen eigen bijdrage - op uitnodiging

Beweegdiploma 1 – Go4Kids

Ouder/Kindgym (2–4 jaar) Gebouw
Grote Gymzaal

Woensdag 13:30–14:30

18 lessen | €55 per gezin

* gratis kinderopas, reserveren verplicht

** Stevenshof start 5 oktober 2017



**BEWEEG
DIPLOMA**

Erkende aanbieder van het Beweegdiploma
Erkend door de Koninklijke Nederlandse Gymnastiek Unie

Minimabeleid – Aanvullend verzekerd bij Zorg & Zekerheid
Gezondcheck? Wij helpen bij het aanvragen van vergoeding

Het Gebouw

Arubapad 2
Leiden Noord

Morschwijk

Topaaslaan 19
Leiden Morskwartier

STJMH Stevenshof-Dobbe

Dobbedreef 1
Leiden Stevenshof

Pand 195

Sumatrastraat 195
Leiden Noord

Stichting Sportenderwijs.nl | Arubapad 2-Box 24 | 2315 VA Leiden

Secretariaat | T. 071 5241938

Liza Soffner | T. 06 11228867 | liza@sportenderwijs.nl