



**SPORTIEF
PLUS**

**Gratis
proefles!**

Kom de eerste valpreventie les gratis uitproberen!

Wilt u meer informatie? Kijk dan op
www.denhaagblijftstaan.nl

Liever persoonlijk contact? Neem contact op met
Rachel Zonderop via:
r.zonderop@sportiefplus.nl
06-34390307

U kunt zich vanaf nu ook
aanmelden via de SBG-app.
Scan de QR code en download de app.



VALPREVENTIE GROEPSLESSEN

Samen blijven we vitaal en in balans!

Meer kracht, mobiliteit en balans

Doe mee op uw eigen niveau aan de 13-weekse valpreventie cursus onder begeleiding van professionele beweegcoaches en versterk uw fysieke gezondheid.

Bij u om de hoek

De cursus wordt aangeboden op verschillende locaties in Den Haag, verdeeld over alle 8 stadsdelen. De cursus start in de derde week van april.

Gratis proefles

Kom de eerste les van de cursus gratis uitproberen!

Dienstencentrum Copernicus

Daguerrestraat 16
Vanaf woensdag 19 april
09:30 - 10:30 uur

SV Dunas

Zonnebloemstraat 159c
Vanaf woensdag 19 april
11:00 - 12:00 uur

HSV Duno

Monseigneur Nolenslaan 9
Vanaf woensdag 19 april
11:00 - 12:00 uur

Loosduinse Hof

Glenn Millerhof 5
Vanaf woensdag 19 april
13:00 - 14:00 uur

Wijkcentrum Moerwijk

Aagje Dekenlaan 51
Vanaf dinsdag 18 april
10:00 - 11:00 uur

Wijk- en Dienstencentrum het Kalhuis

Badhuisstraat 177
Vanaf woensdag 19 april
15:00 - 16:00 uur

SVV Scheveningen

Laan van Poot 38c
Vanaf woensdag 19 april
11:00 - 12:00 uur



HVV Benoordenhout

van Hogenhoucklaan 37
Vanaf woensdag 19 april
11:00 - 12:00 uur

LOOKatie364

Het Kleine Loo 364
Vanaf woensdag 19 april
09:30 - 10:30 uur

Vadercentrum ADAM

Jonckbloetplein 24
Vanaf maandag 17 april
10:00 - 11:00 uur

Wijkcentrum Leidschenveen

Harriët Freezerhof 201
Vanaf maandag 17 april
14:45 - 15:45 uur

Wijkcentrum Piet Vink

Laan van Hoornwijk 260
Vanaf maandag 17 april
16:00 - 17:00 uur

Buurthuis Sam Sam

van Mierisstraat 226
Vanaf vrijdag 21 april
10:00 - 11:00 uur

Wijkcentrum de Heldenhoek

Elandstraat 88
Vanaf vrijdag 21 april
12:00 - 13:00 uur

Kosten

De 13-weekse valpreventie cursus kost €50,-. Heeft u een Ooienvaarspas? Dan krijgt u 50% korting!

ACTIE: Wanneer u de volledige cursus volgt krijgt u uw inschrijfgeld helemaal terug en is de cursus kosteloos!

Aanmelden

Meer informatie en aanmelden kan via:
www.denhaagblijftstaan.nl

Heeft u liever persoonlijk contact? Neem contact op met Rachel Zonderop:
r.zonderop@sportiefplus.nl
06 343 903 07