

AANBOD VOOR MENSEN IN BEHANDELING VOOR KANKER

Fitness

- Voel je terug fitter
- Werk op je eigen tempo
- Elk toestel is in te stellen naar je eigen capaciteiten
- Onder professionele begeleiding



CONTACT

Wil jij ook sporten in een kleine groep met
aangepaste begeleiding?

Bel 011 80 50 37

Mail gsportdommelhof@limburg.be

Surf naar

www.dommelhof.be/beweegsessies

Beweegcentrum Dommelhof

Toekomstlaan 5
3910 Pelt

GRATIS
PROEFLESSEN

DOMMELHOF

beweeg sessies



Sportieve activiteiten voor
**MENSEN IN BEHANDELING
VOOR KANKER**

BEWEEGSESSIES

Dommelhof organiseert wekelijks een aantal beweessies voor specifieke doelgroepen om sport leuk en toegankelijk te maken voor iedereen.

Tijdens een beweessie ga je in een kleine groep aan de slag om te sporten en te bewegen op je eigen tempo en op je eigen manier.

Samen met onze professionele begeleiders werk je aan je persoonlijke doelen.

Zo blijf je fit en gezond.



PRAKTISCHE INFO

- Wekelijks op een vast tijdstip
- Van september tot en met juni (behalve tijdens schoolvakanties)
- Instappen kan op elk moment

Abonnement

Je kunt, afhankelijk van wanneer je instapt, kiezen voor:

- een **jaarabonnement**: dit is geldig van september tot en met juni en kost 80 euro
- een **halfjaarabonnement**: dit is geldig van januari tot en met juni en kost 50 euro.

Met een abonnement kun je ook deelnemen aan andere beweessies.

Je vindt het overzicht op www.dommelhof.be/beweessies

Gratis proefles

Maak een afspraak voor een **gratis proefles**:

011 80 50 37

gsportdommelhof@limburg.be

OOK INTERESSANT

Toegankelijke fitness

- Werk dagelijks **op eigen houtje** aan je fitheid en gezondheid.
- In onze moderne fitness vind je:
 - krachttoestellen
 - cardio-toestellen
 - aangepaste toestellen voor meer le-nigheid en conditie.

Of laat je **begeleiden** tijdens de wekelijkse fitnesssessies:

- maak samen met een professional kennis met de verschillende toestellen
- werk aan een persoonlijk trainings-schema.

