

Vitale Vrouwen | Beweegles voor dames

Vizita



Donderdag 8 januari 2026 van 11:00 tot 12:00 uur

Over 5 weken



Wijdaudwardsstraat 2

Middelburg, Nederland



Terugkerende activiteit

Wekelijks op donderdag tot en met 22 januari 2026

Elke donderdag is er een beweegles van 11.00 - 12.00 uur in de gymzaal aan de Roozenburglaan. Tijdens schoolvakanties en feestdagen is er geen les!

De beweeglessen zijn met name voor vrouwen die weinig sociale contacten in de Nederlandse maatschappij hebben en/of behoefte hebben aan vitaliteit.

De buurtsportcoach van Vizita werkt samen met de vrouwen aan conditie en kracht, het bevorderen van zelfredzaamheid en het bouwen aan zelfvertrouwen. Het plezier staat voorop!

Deelname kost €1 per keer.

CONTACT

Buurtsportcoach | Ilona de Groote

i.degroote@vizita.nl of 06-24550879

Voor wie

Volwassenen, Senioren

Waarover

Sport en bewegen

Wat

Buurtactiviteit



Ga voor meer informatie naar
middelburgontmoet.nl/agenda

Vitale Vrouwen | Beweegle...
08-01-2026 / 1:00 - 12:00
Wijldaudwaistraat 2

Vitale Vrouwen | Beweegle...
08-01-2026 / 1:00 - 12:00
Wijldaudwaistraat 2

Vitale Vrouwen | Beweegle...
08-01-2026 / 1:00 - 12:00
Wijldaudwaistraat 2

Vitale Vrouwen | Beweegle...
08-01-2026 / 1:00 - 12:00
Wijldaudwaistraat 2

Vitale Vrouwen | Beweegle...
08-01-2026 / 1:00 - 12:00
Wijldaudwaistraat 2

Vitale Vrouwen | Beweegle...
08-01-2026 / 1:00 - 12:00
Wijldaudwaistraat 2

Vitale Vrouwen | Beweegle...
08-01-2026 / 1:00 - 12:00
Wijldaudwaistraat 2

Vitale Vrouwen | Beweegle...
08-01-2026 / 1:00 - 12:00
Wijldaudwaistraat 2

Vitale Vrouwen | Beweegle...
08-01-2026 / 1:00 - 12:00
Wijldaudwaistraat 2

Vitale Vrouwen | Beweegle...
08-01-2026 / 1:00 - 12:00
Wijldaudwaistraat 2

Vitale Vrouwen | Beweegle...
08-01-2026 / 1:00 - 12:00
Wijldaudwaistraat 2

Vitale Vrouwen | Beweegle...
08-01-2026 / 1:00 - 12:00
Wijldaudwaistraat 2