

# In balans, doet u mee?

Fysio Tholen organiseert in samenwerking met de gemeente Tholen een cursus gericht op het voorkomen van **valongevallen**

Start: **3 oktober 2024 13:30- 14:30** in de  
**Vossekuil Oud-Vossemeer**

## Voorwaarden:

- Zelfstandig wonen
- Leeftijd: 65 jaar en ouder
- Onzeker voelen tijdens lopen en/of fietsen
- Bang om te vallen tijdens lopen en/of fietsen
- Het gevoel van verminderde spierkracht, balans en uithoudingsvermogen

## Wat bieden wij:

- 13 weken durende cursus in de Vossekuil
- Cursusboek met oefeningen voor thuis
- Begeleiding van een fysiotherapeut bij bewegen

## Kosten

- Eenmalig **€25,-** bij start van de cursus

**Opgave of meer informatie? Neem contact op met de praktijk 0166-604999 tussen 8.30 en 11.30 uur of via de mail [info@fysio-tholen.nl](mailto:info@fysio-tholen.nl)**