



Cursusoverzicht In Balans Oud-Vossemeer

De cursus omvat zowel theorie als praktijk. De theorie gaat over bewustwording van valrisico's en balansverstoringen. De praktijk bestaat uit het vergroten van het lichaamsbesef en de balans door opbouw van spierkracht en conditieverbetering. De cursus is in de recreatieruimte van Dorpshuis De Vossenkuil, Bou Kooijmanstraat 48 Oud-Vossemeer en wordt gegeven door Thijs Ravia. De eerste bijeenkomst ontvangt u het cursusboek en de rekening om de kosten te voldoen.

We starten om 13.30 uur en de cursus duurt tot 14.30 uur, daarna is er nog een bakje koffie of thee.

Het overzicht met de cursusdata:

Dinsdag 12 maart startbijeenkomst	13.30 tot 14.30 uur
Dinsdag 19 maart	13.30 tot 14.30 uur
Dinsdag 26 maart	13.30 tot 14.30 uur
Dinsdag 2 en donderdag 4 april	13.30 tot 14.30 uur
Dinsdag 9 en donderdag 11 april	13.30 tot 14.30 uur, op donderdag 11 april testen om voortgang in kaart te kunnen brengen
Dinsdag 16 en donderdag 18 april	13.30 tot 14.30 uur
Dinsdag 23 en donderdag 25 april	13.30 tot 14.30 uur
Dinsdag 30 april en donderdag 2 mei	13.30 tot 14.30 uur
Dinsdag 14 en donderdag 16 mei	13.30 tot 14.30 uur
Dinsdag 21 en donderdag 23 mei	13.30 tot 14.30 uur
Dinsdag 28 en donderdag 30 mei	13.30 tot 14.30 uur
Dinsdag 4 en donderdag 6 juni	13.30 tot 14.30 uur, op donderdag 6 juni testen om voortgang in kaart te brengen
Dinsdag 11 en donderdag 13 juni	13.30 tot 14.30 uur

Voor meer informatie kunt u de praktijk bellen 0166-604999 of mailen op info@fysio-tholen.nl