



IN BALANS

Verbeteren van balans, mobiliteit, conditie en zelfvertrouwen

Een valpreventieprogramma voor senioren vanaf 65 jaar met een verhoogd valrisico. Onder begeleiding werken deelnemers in groepsverband aan het verminderen van hun valkans. Het programma bestaat uit een traject van 13 weken.



Informatie-
bijeenkomst



3 x Cursus-
bijeenkomst



10 x Trainings-
bijeenkomst



Functionele
testjes



Onze website
www.fysio-punt.nl



Aanmelden kan via
0229-573053