



Gratis fitness voor mensen met beperking in Sneek

1/1

In samenwerking met Sportschool Alita, Vereniging Aangepast sporten, FDS Sneek en Frysas (Fries Steunpunt Aangepast Sporten) kunnen mensen met een lichamelijke beperking en/of chronische aandoening GRATIS kennismaken met fitness. Dit aanbod is mede mogelijk gemaakt door het Breedtesportproject Impuls Zuidwest Friesland van de gemeenten Heerenveen, Lemsterland, Skarsterlân en Sneek. De kennismakingscursus bestaat uit een introductieles, gevolgd door 5 lessen. Onder deskundige begeleiding van sportschool Alita zal er worden gesport in de sportschool. Sportschool Alita bevindt zich aan de Alexanderstaat 6 in Sneek. Bij voldoende belangstelling zal aan de deelnemers een vervolg worden aangeboden.

Cursusgegevens

- Introductieles - donderdag 3 mei 2007 van 17.00 - 18.00 uur
- Cursusdata - 3, 10, 24, 31 mei - 7 en 14 juni 2007
- Tijd - donderdags van 17.00 - 18.00 uur.
- Plaats - Sportschool Alita, Alexanderstraat 6 te Sneek
- Kosten - geen
- Opgave - U kunt zich, vóór 24 april a.s., telefonisch of via de mail aanmelden bij Frysas / SPORT fryslân tel.: 058 267 79 29 of mail e.groot@sportfryslan.nl
- Informatie - Frysas / SPORT fryslân (Ellie Groot)

Achtergrond

Fitness is uitermate geschikt voor mensen met een lichamelijke beperking of chronische aandoening door het persoonlijke beweegprogramma dat gericht is op de mogelijkheden van de deelnemers. Fitness is ook zeer toepasselijk voor mensen in een rolstoel! Fitness is ontspanning en inspanning.