

Kijk op goedbezignoordwijk.nl of op facebook voor leuke beweegactiviteiten!



Is goed voor je humeur en geeft je energie.

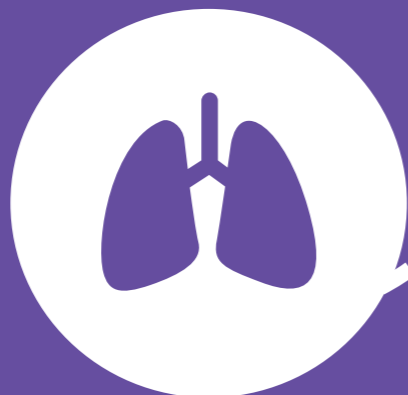


Is goed voor de kwaliteit van het leven.



Heeft een positief effect op de mentale gezondheid.

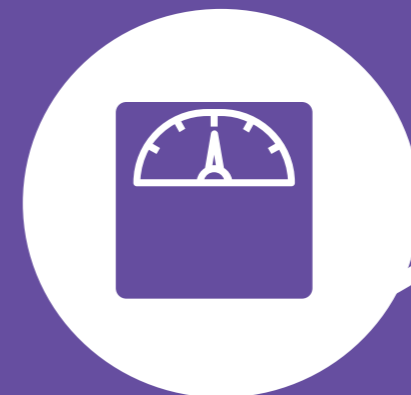
Kom en blijf in beweging!



Is goed voor de bloedcirculatie, ademhaling en longen. spieren, gewrichten en botten.



Verhoogt de weerstand, boost je immuunsysteem en helpt stress los te laten.



Stimuleert de stofwisseling en heeft een goede invloed op je gewicht.



**SAMEN NAAR
EEN GEZONDE
EN ACTIEVE
LEEFSTIJL!**