

Stoelgym

Ontmoeting in Beweging



Maandag 8 december 2025 van 11:00 tot 12:00 uur

Over 10 dagen



MHC HOCO

Sportlaan 10, Oisterwijk



Terugkerende activiteit

Wekelijks op maandag tot en met 4 mei 2026

De stoel biedt veel mogelijkheden om te bewegen, waarbij kracht, uithoudingsvermogen, balans en coördinatie worden gecombineerd. Het is makkelijk vol te houden, ook als je minder stevig op je benen staat. Stoelgym is zeer doeltreffend, gevarieerd en ook uitdagend!

Waarover

Sport en bewegen



Ga voor meer informatie naar
allemaaloisterwijk.nl/agenda

[illegible]