



# SENIOREN ACTIVITEITEN

## Senioren Sportdag & Kerst Koffie



### Senioren Sportdag

Vanaf de start van onze praktijk in 2013 houden we ieder voorjaar onze Senioren Sportdag. In kleine groepjes worden op het veld spelletjes gedaan o.l.v. een fysiotherapeut.

### Kerst Koffie

In december is onze Kerst Koffie om het jaar af te sluiten. In de gezellige kantine houden we spelletjes o.l.v. de fysiotherapeuten en drinken koffie met kerstlekkers.

### Voor wie

Welkom voor senioren (65-95 jaar) die bij ons trainen of bij ons fysiotherapie hebben gehad. Introducees zijn welkom! U hoeft niet sportief te zijn. We houden rekening met ieders mogelijkheden, gebruik van hulpmiddelen als een stok of rollator zijn geen bezwaar.

### Tijd

Welkom vanaf 09.30 uur met koffie/thee. Vanaf 10.00 uur starten we met activiteiten, afgewisseld met kleine pauzes. Om 12.00 uur gaat ieder met een kleine attentie naar huis.

### Locatie

De activiteiten houden we bij MHC Bommelerwaard. De hockeyclub is gelegen op Sportpark De Watertoren. Adres: Van Heemstraweg West 29, Zaltbommel.

### Samenwerking

Het team van Hentzepeter Fysiotherapie en het bestuur van MHC Bommelerwaard maken deze evenementen jaarlijks mogelijk. Daarnaast zijn wij sponsor van Heren I en Dames I.

### Info

Voor info of aanmelden:

- Tel: 0418 514841
- Mail: [praktijk@fysiobommelerwaard.nl](mailto:praktijk@fysiobommelerwaard.nl)

### Een gezellig en sportief uitje

Dat is wat we onze senioren willen aanbieden. Dit als blijk van waardering voor het vertrouwen in ons. En omdat we het leuk vinden u te laten ervaren dat beweegplezier altijd mogelijk is, ongeacht leeftijd of beperking.

### Deelname gratis

Onze praktijk en therapeuten verzorgen deze evenementen belangeloos. Dit houdt in dat we geen kosten vragen en dat we onze tijd niet kunnen declareren.

### Aanmelden verplicht

Graag willen we weten wie er mee doet en hoe uw mobiliteit is. Indien u niet bij ons bekend bent, zullen we u bellen voor een korte intake over uw gezondheid. Dit omdat veiligheid bij ons voorop staat.