

BLIJF FIT, VITAAL EN GEZOND!

Bezoek de VITALITEITSDAG bij u in de buurt

**Locatie:**

Sporthal Het Polderhuis, Velsbroek

Activiteiten Programma:

Stoepranden ♥ Indoor Midgetgolf
Bowlsbal ♥ Beweegroute ♥ Dammen
Beweegbingo ♥ Sport & Memory
Yoga ♥ Sjoelen ♥ en nog veel meer...

DATUM:
WOENSDAG
4 JANUARI
2023!

**Kom naar deze actieve én informatieve dag
voor iedereen van 55 jaar en ouder.**

Meer informatie en aanmelden:

Aanmelden is verplicht. Dat kan eenvoudig door de antwoordkaart in te vullen en vóór 1 januari te versturen.



Gemeente Velsen
Afdeling Sportzaken
Antwoordnummer 19
1970 VB IJmuiden

Postzegel niet nodig

Een dag **boordevol** informatie en **beweegactiviteiten** voor iedereen van **55 jaar en ouder** in en rond sporthal **Het Polderhuis** in **Velserbroek**.

Vanaf 10 uur kan iedereen er terecht voor een ontvangst met koffie, een uur later gaan we van start. Dat kan tot 17.30 uur. Om 18 uur kan er nog verder nagenoten worden van een warme maaltijd, met aansluitend een muzikale afsluiter. Tussendoor kunnen mensen zich onder andere aan een Beweegparcours en wandeltocht wagen.



Neem deel aan onze seniorensporthal op woensdag 4 januari 2023 en maak kennis met verschillende sporten. Goed gezelschap, een kopje koffie of een fris biertje, alle ingrediënten zullen aanwezig zijn om er een sportieve en gezellige dag van te maken.



Antwoordkaart Vitaliteitsdag Velsen

Ondergetekende neemt graag deel aan de Vitaliteitsdag Velsen in sporthal Het Polderhuis op woensdag 4 januari 2023.

Geef hieronder uw keuze aan:

- ☐ Deelname Vitaliteitsdag: € 2,00 (incl. 1 koffie/thee)
☐ Deelname Vitaliteitsdag + warme maaltijd: €17,00
(incl. 1 koffie, warme winter maaltijd en 1 drankje)

Voornaam: ☐ Man / ☐ Vrouw

Achternaam:

E-mail:

Telefoonnummer:

Handtekening:

Retourneer deze antwoordkaart s.v.p. vóór 1 januari.

