



Huissen

zelfstandig en zeker op de been

Met de cursus In Balans

Ook als u ouder wordt, wilt u zelfstandig uw dagelijkse bezigheden kunnen blijven doen. Juist daarom is het belangrijk dat u zich veilig en vertrouwd voelt met uw lichaam. Dat betekent stevig op uw benen staan en echt op ze kunnen vertrouwen. Wie goed in balans is, is zekerder van zichzelf.

Met het beweegprogramma In Balans kunt u een verbetering van uw spierkracht en evenwicht bereiken. De kans om te vallen wordt daarmee kleiner.

Deelname aan de cursus In Balans maakt dat u letterlijk steviger in uw schoenen staat. Bovendien verbetert uw algehele conditie, zodat een actiever dagelijks leven binnen handbereik komt.



Oefentherapie Cesar Huissen
Marjolein Peeters
Plaza 19
6852 RL Huissen
026 – 325 86 40
info@cesartherapie-huissen.nl
www.cesartherapie-huissen.nl

Optimaal Fysiotraining
Simke Klaver
Van Voorststraat 1
6851 LT Huissen
026 -325 96 89
www.optimaalfysiotraining.nl
optimaalfysiotraining@upcmail.nl