



Stichting Academie Instituut fysiotherapie

PODIUM OOST - BUURTHUIS OUDWIJK OUDWIJKERDWARSSTRAAT 148, FYSIOTHERAPIE PLUS
HOMERUSLAAN HOMERUSLAAN 59A

✉ anoukjanssen@academieinstituut.nl

nl

🌐 <https://academieinstituut.nl>

☎ 030-2515596

SPORTEN

Fitness en groepslessen Fitness Fysiofitness

DAGEN

Do.

LEEFTIJDEN

Volwassenen

Rooster

ACTIVITEIT

DAG

TIJD

LOCATIE

Senioren fitness

Do.

Elke donderdag van
10.30 - 11.30

Oudwijkdwarstraat 148

Seniorenfitness in Utrecht Oost begeleid door fysiotherapeuten van het Academie Instituut Fysiotherapie PLUS Elke donderdag is er van 10.30 - 11.30 een gratis sportuur voor senioren bij buurtcentrum Podium Oost. Het sportuur staat in het teken van samen bewegen/sporten en wordt begeleid door 2 fysiotherapeuten i.o. en een fysiotherapeut vanuit het Academie Instituut Fysiotherapie PLUS. Tijdens de groepsles wordt er gewerkt aan het verbeteren van de conditie en kracht middels individuele oefeningen en groepsoefeningen. Het sportuur is voor iedereen toegankelijk omdat er wordt ingespeeld op ieders individuele niveau. U hoeft zich niet van te voren aan te melden, dus kom gerust op donderdag langs om mee te sporten. Wij zien u graag op donderdag!

Meer informatie

<https://www.sportstad-utrecht.nl/sportaanbieder/stichting-academie-instituut-fysiotherapie/>