

# Beweegvereniging

**Bewegen is leuk  
en kan op ieder niveau**  
Ruurlo

**Elke woensdagochtend kunt u meedoen met onze beweeggroep. De beweeglessen zijn heel ontspannen, gezellig en kunnen vanuit de (rol)stoel worden beoefend. De oefeningen zijn onder andere gericht op coördinatie, spierkracht en Algemene Dagelijkse Levensverrichtingen (ADL).**

Lijkt het u wat om samen te bewegen? Doe dan met ons mee.

## Aanmelden

Meld u aan op de website **www.sensire.nl**, op de pagina 'wonen met zorg'. U kunt u ook aanmelden bij uw contactverzorgende. De Beweegvereniging biedt een programma van 40 lesweken per jaar. Met in de zomerperiode een alternatief programma.

DAG	TIJD	LOCATIE	PLAATS
woensdag	11.00 - 11.30 uur	De Garven	Ruurlo

## Kosten

Aan deze service zijn geen kosten verbonden.

## Meer informatie

Neem voor meer informatie contact op met bewegingsagoog Rob Wentink via 06 - 28 24 61 58 of [r.wentink@sportservicedoetinchem.nl](mailto:r.wentink@sportservicedoetinchem.nl). Indien u liever een medewerker van Sensire wilt spreken, neem dan contact op met de Servicedesk Facilitair via telefoonnummer 088 - 260 9000 of e-mailadres [servicedesk@sensire.nl](mailto:servicedesk@sensire.nl).

De Beweegvereniging is een samenwerking met Sportservice Doetinchem.