



Wil jij

je  
**fitter**  
voelen?

Kom  
gezellig  
meedoen!

## TUINDORP OOSTZAAN / MOLENWIJK

- maandag** 15.45-16.45 uur **Samen Buiten Bewegen voor 55+**. Gymzaal OBS De Krijtmolen, Perenpad 3-5. Info: Johanna Melchers, 06 2936 0321.
- dinsdag** 10.00-11.00 uur **Fitte ouders** voor ouders met jonge kinderen, Speeltuin Tuindorp Oostzaan, Plejadenplein. Info: speeltuin, 06 5887 3230.
- dinsdag** 13.30-15.30 uur. **Fietsen in Noord**. Vertrek vanaf de Evenaar, Kometensingel 189. Info: Ankie Frehe, 06 5131 1666.
- woensdag** 10.00-11.15 uur. **Wandelgroep** vanaf de Evenaar. Aanmelden niet nodig.
- woensdag** 10.00-11.00 uur. **Vrouwensport** in de Evenaar, op je eigen niveau. Info: Els Visser 06 1668 3681.

**NIEUW!! voor meer info ga naar onze website [WWW.GEZOND-NOORD.NL](http://WWW.GEZOND-NOORD.NL)**

- donderdag** 10.30-11.30 uur. **Wandelen** in de Molenwijk. Verzamelen bij de ingang van de bibliotheek Molenwijk. Info: Sanne 06 4756 4560. Start 25 mei 2023.
- vrijdag** 14.00-15.00 uur. **Samen Buiten Bewegen voor 55+**. Sportzaal De Werf, Klinkerweg 79. Info: Johanna Melchers, 06 2936 0321.

**WE KUNNEN JE OOK INDIVIDUEEL OP GANG HELPEN. BEL VRIJBLIJVEND:**

Sanne Borckink, 06 4756 4560 of Ankie Frehe, 06 5131 1666

**SPREEK JE LIEVER ARABISCH:**

Hanane Ghannam Begdouri, 06 5745 9937