

# FedOS Optimaal Ouder Worden nodigt u uit!

Kom tweewekelijks op dinsdagvoormiddag 'Ritmisch Bewegen'. Op aangename, klassieke muziek maakt u al uw spieren los. We doen dit al zittend op een stoel, afgewisseld met oefeningen al staand. Wil u dit graag eens uitproberen? Geen probleem, elke les staat op zich, u kan dus vrijblijvend deelnemen. Samen maken we er deugddoende lessen van!

**U bent welkom op dinsdagvoormiddag van 10u-11u op het Zaterdagplein 6, 1000 Brussel.**

## Data 2017

5 & 19 september  
3, 17 & 31 oktober  
14 & 28 november  
19 december

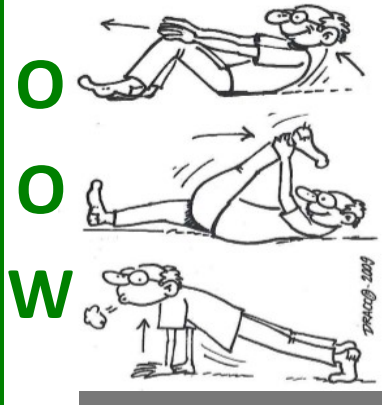
## Data 2018

9 & 23 januari  
13 & 27 februari  
13 & 27 maart  
10 & 24 april  
8 & 22 mei  
5 & 19 juni

## Vragen of informatie:

Rudy Blauwbloeme: 02/218 27 19 of rudyblauwbloeme@fedos.be

**Prijs:** 3 € per les (via sportkaart)/verzamel Paspartoe-punten.



# FedOS Optimaal Ouder Worden nodigt u uit!

Kom tweewekelijks op dinsdagvoormiddag 'Ritmisch Bewegen'. Op aangename, klassieke muziek maakt u al uw spieren los. We doen dit al zittend op een stoel, afgewisseld met oefeningen al staand. Wil u dit graag eens uitproberen? Geen probleem, elke les staat op zich, u kan dus vrijblijvend deelnemen. Samen maken we er deugddoende lessen van!

**U bent welkom op dinsdagvoormiddag van 10u-11u op het Zaterdagplein 6, 1000 Brussel.**

## Data 2017

5 & 19 september  
3, 17 & 31 oktober  
14 & 28 november  
19 december

## Data 2018

9 & 23 januari  
13 & 27 februari  
13 & 27 maart  
10 & 24 april  
8 & 22 mei  
5 & 19 juni

## Vragen of informatie:

Rudy Blauwbloeme: 02/218 27 19 of rudyblauwbloeme@fedos.be

**Prijs:** 3 € per les (via sportkaart)/verzamel Paspartoe-punten.

