

Een initiatief van het
Nationaal Ouderenfonds

Ontdek OldStars hardlopen

ASTYLOS

OldStars
Hardlopen
start op
13 september!

BLIJF BEWEGEN MET OLDSTARS HARDLOPEN

Wilt u blijven bewegen op een verantwoorde manier? Dat kan met OldStars hardlopen!

- blijf hardlopen gericht op fitheid, zonder hardloopdoelen
- met en zonder ervaring, iedereen kan meedoen
- ontmoet nieuwe mensen en blijf samen bewegen

oldstars.nl

OldStars/hardlopen

'Na het bewegen drinken we met z'n allen koffie. Dit is gewoon gezellig bezig zijn met elkaar'



OLDSTARS HARDLOPEN BIJ ASTYLOS TIEL

Astylos start woensdag 13 september met OldStars Hardlopen. Een laagdrempelige vorm van bewegen en plezier maken voor 55-plussers. Iets voor u? Kom naar de kick-off en ervaar of u het leuk vindt om mee te doen. Hardlooperervaring is niet nodig.

Vanaf 13 september elke woensdag van 14:00 - 15:30 uur. Doe mee en ervaar hoe leuk samen bewegen is. Na afloop drinken we samen een kop koffie of thee.

START	Woensdag 13 september van 14:00 - 16:00 uur.
TRAININGEN	Elke woensdagmiddag van 14:00 - 15:30 uur.
LOCATIE	Astylos, Predikbroedersweg 10, 4003 AL, Tiel.
AANMELDEN	Email naar info@astylos.nl of bel 06-19847411

OldStars hardlopen wordt in uw buurt mogelijk gemaakt door Het Ouderenfonds, het Ministerie van VWS en de Atletiekunie

Een initiatief van:



Landelijke partners:



Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

