

OPTREDEN VAN HANS DORCHAIN



FITFESTIVAL 55+

GRATIS
ENTREE

DINSDAG 15 JULI 2025

11.00 - 13.00 uur

EXCELSIORSTADION

HONINGERDIJK 110, ROTTERDAM



ALLES OVER GEZONDHEID EN MEER!



HEERLIJKE BROODJES



TALENTSCAN



VRIJE TIJD



TAAL



BEWEGING



VOEDING



DIGITAAL & EHEALTH

Het FitFestival, een Rotterdams begrip ook in uw gebied! DOCK, Aafje, de Vrijwilligerswinkel en Superactief hebben deze editie samen georganiseerd.

Wilt u graag meer informatie over gezondheid, voeding, bewegen, vrije tijd, taal, digitaal en eHealth-producten?

Bezoek dan gratis het FitFestival op dinsdag 15 juli.

Er zijn een heerlijke broodjes en u kunt vanaf 12:00 uur genieten van een optreden van Hans Dorchain!

**ONTDEK, BEWEEG EN PROBEER!
KIES JOUW WORKSHOP!**



11.15 - 11.45 uur

DIGIKOFFER

Maak kennis met handige E-health producten voor in huis



11.15 - 11.45 uur

LADIES GYM

Lekker bewegen op jouw tempo – speciaal voor vrouwen!



11.15 - 11.45 uur

LEF-BEWEEGBREAKS

Beweeg mee met deze korte en simpele oefeningen, voor iedereen, ook vanuit je stoel!



VOOR MEER INFORMATIE:

Anjana Koendan-Pandaj ☎ 06 4377 2320