

KOM JIJ OOK FITHOCKEYEN BIJ EVERGREEN?

Train
drie keer
gratis
mee!

WWW.MHV-EVERGREEN.NL



Dankzij **veilige materialen** is fithockey geschikt voor senioren met én zonder hockeyervaring!



evergreen

LEKKER BUITEN IN BEWEGING!

Train
drie keer
gratis
mee!

Fithockey staat voor veilig bewegen, buiten sporten, sociale contacten en veel plezier maken met elkaar. De sport is gericht op 50-plussers, zowel mannen als vrouwen, die op een veilige manier lekker buiten in beweging willen zijn.

Je traint elke dinsdagochtend van 10.00 tot 11.00 uur (in de zomermaanden van 9.00 tot 10.00 uur). De training begint met een warming-up om de spieren los te maken. Zodra de spieren los zijn, volgen enkele techniekoefeningen met de unistick en gatenbal. Na de techniekoefeningen spelen we een partijtje. Om 11.00 uur zijn we toe aan koffie/thee (gratis) en een gezellig praatje.

GRATIS PROEFTRAINEN

Wil je eens proberen of kijken hoe zo'n fithockey-training eruit ziet, kom dan gezellig langs. Je bent van harte welkom om, geheel vrijblijvend, een paar keer mee te komen doen. Doe lekker zittende kleding aan en een paar sportschoenen met profiel.

DOEK EENS MEEDOEN?

Of meer informatie? Stuur een mail naar fithockey@mhv-evergreen.nl of bel met Lianne de Jong **06-82070308**.

WWW.MHV-EVERGREEN.NL

Dr. Albert Schweitzerdreef 431, Maassluis

