

Versterk je geheugen en concentratie en word fitter met Sportieve Geheugentraining



Sportstichting Je eigen Pad



Vrijdag 2 januari 2026 van 09:30 tot 10:30 uur

Over 3 weken



Het Bolwerk

M H Trompstraat 135, Brielle



Terugkerende activiteit

Wekelijks op vrijdag tot en met 9 januari 2026

Tijdens de wekelijkse Cognitieve Fitness lessen (ook wel Sportieve Geheugentraining genoemd) bij sportstichting Je eigen Pad worden oefeningen aangeboden die gericht zijn op de cognitieve functies van de hersenen: geheugen en concentratie, logica en ruimtelijk inzicht, reactievermogen en coördinatie. door deze oefeningen te doen zorgen we ervoor dat onze hersenen fit blijven. Ons motto is dan ook: "use it , or losse it".

De eerste 2 lessen zijn gratis. kom eens meedoen en ervaar dat de oefeningen leerzaam en leuk zijn om te doen. Wilt u echter eerst meer informatie neem dan contact op met Astrid Severens (Cognitieve Fitness Trainer) 06-11025353 of astrid@jeeigenpad.nl

Waar

Alle

Voor wie

Senioren

Waarover

Ontmoeten, Sport en bewegen

Wat

Workshop / cursus

Toegankelijkheid

Invalidenparkeerplaats, Invalidetoilet, Rolstoelvriendelijk



Ga voor meer informatie naar
fijnjetezien.nl/agenda

Versterk je geheugen en c...
02-01-2026 /09:30 - 10:30
M H Trompstraat 135

Versterk je geheugen en c...
02-01-2026 /09:30 - 10:30
M H Trompstraat 135

Versterk je geheugen en c...
02-01-2026 /09:30 - 10:30
M H Trompstraat 135

Versterk je geheugen en c...
02-01-2026 /09:30 - 10:30
M H Trompstraat 135

Versterk je geheugen en c...
02-01-2026 /09:30 - 10:30
M H Trompstraat 135

Versterk je geheugen en c...
02-01-2026 /09:30 - 10:30
M H Trompstraat 135

Versterk je geheugen en c...
02-01-2026 /09:30 - 10:30
M H Trompstraat 135

Versterk je geheugen en c...
02-01-2026 /09:30 - 10:30
M H Trompstraat 135

Versterk je geheugen en c...
02-01-2026 /09:30 - 10:30
M H Trompstraat 135

Versterk je geheugen en c...
02-01-2026 /09:30 - 10:30
M H Trompstraat 135

Versterk je geheugen en c...
02-01-2026 /09:30 - 10:30
M H Trompstraat 135

Versterk je geheugen en c...
02-01-2026 /09:30 - 10:30
M H Trompstraat 135