



Multiple Sclerose Liga Vlaanderen vzw
Provincie Limburg

Beste leden,

Omdat wij bewegen belangrijk vinden maar niet iedereen in de gelegenheid is om dit te doen, hebben we overlegd met de dienst G-sport van het Dommelhof . Er werd beslist om een nieuw project te starten, namelijk:

een laagdrempelige 10-lessenreeks op maat van personen met MS.

De reeks wordt begeleid door een kinesist. Het is geen individuele kinésessie, maar een gezellig beweeguurtje in kleine groep waar iedereen toch op eigen tempo en niveau kan bewegen, samen met anderen met dezelfde aandoening. Er wordt afgewisseld tussen fitness en lichaamsoefeningen op matjes of ander specifiek materiaal in een aparte zaal.

Deze 10-lessenreeks start op donderdag 5 september 2019 van 10.30 tot 11.30 u. en zal vanaf dan elke donderdag plaatsvinden in Provinciaal G-sportcentrum Dommelhof, Toekomstlaan 5, 3910 Pelt. De prijs bedraagt €30, ter plaatse te betalen. Info en inschrijven kan via roger.vanderhoydonck@ms-vlaanderen.be of 0477 44 23 70.

Geef even een seintje bij mobiliteitsproblemen, we zoeken samen naar een oplossing.

De partner of degene die instaat voor het vervoer mag meedoen met de oefeningen als hij/zij dat wenst.

Indien dit project succes kent zal het verlengd worden in de toekomst.

Aarzel niet om in te schrijven, het zal zeker een leuke ervaring worden.

Vriendelijke groeten

Bestuur MS-Liga Limburg