

Zachte gym in Miro

Elke woensdag om 11u: Bewegen met Bart. Met youtube-video's van fitfluencer Bart op het beeldscherm, doen we samen lichte oefeningen, speciaal uitgewerkt voor senioren om de soepelheid en mobiliteit de bevorderen. Een sessie duurt ongeveer 45 minuten

Voor data en inschrijvingen:

contacteer Miro

Openingsuren:
Maandag tot vrijdag van 9u tot 16.30u, behalve op donderdag van 9u tot 13u.

Telefoon: +32 489 30 54 94
E-mail: miro@ld3.be
Website: https://ld3.be/miro

Adres

De Merodestraat 449
1190 Vorst
België

Openbaar vervoer

Halte Wiels (Tram : 82 – 97, Bus : 49 – 50)

Met de auto

Beperkte parkeergelegenheid in de straat (betalend)