



WESTERVELD  
IN ACTIE!

**Fittest  
Havelte,  
Uffelte e.o.**

# Fittest 50+

**Gratis meet- en testmoment van uw fitheid!**



Inwoners van Havelte, Darp, Havelterberg, Uffelte en Wapserveen van 50 jaar en ouder kunnen in de maand november een **gratis** fittest doen in. De fittest duurt in totaal een klein uur. De test laat zien hoe fit en gezond u op dit moment bent en wat u kunt doen om dit te behouden of te verbeteren. De test meet onder andere de lenigheid, kracht, balans, uithoudingsvermogen, bloeddruk- en suiker. Tijdens de fittest zijn verschillende specialisten aanwezig voor advies, zoals een fysiotherapeut, verpleegkundige, welzijnswerker en een beweegcoach van de gemeente Westerveld.

**Donderdag 21 november tussen 09.00u en 12.00u in de Veldkei, Havelte**

**of**

**Donderdag 28 november tussen 09.00u en 12.00u in de Vlasbarg'n, Uffelte**

Bent u nieuwsgierig naar uw fitheid?  
Meld u dan **vóór 20 november** aan via  
[www.westerveldverbonden.nu/fittest-havelte](http://www.westerveldverbonden.nu/fittest-havelte)  
Of bel naar **140521** en vraag naar Tim Jansen

Neem contact op met de  
beweegcoaches als u vervoer nodig  
heeft voor de fittest naar de locatie

## Aanmelden

Voor meer informatie of deelname kunt u contact opnemen met de beweegcoaches van de gemeente Westerveld via het telefoonnummer **14 0521** of door een e-mail te sturen naar: [beweegcoaches@gemeentewesterveld.nl](mailto:beweegcoaches@gemeentewesterveld.nl).



  
Gemeente Westerveld

[WESTERVELDVERBONDEN.NU/WESTERVELDINACTIE](http://WESTERVELDVERBONDEN.NU/WESTERVELDINACTIE)