



Komt u ook bij ons “Parkinson”-boksen?

De Boksvereniging Appingedam zoekt leden (m/v) voor haar **Parkinson Boks-training** op de maandagavond van 18.30 uur tot 19.30 uur

Samen opboksen tegen Parkinson!

En niet alleen Parkinson want onze trainingen zijn ook uitermate geschikt voor mensen met CVA, NAH en MS.

Bokstraining volgen betekent overigens niet dat u de ring in moet; de training is meestal een vorm waarbij geen echt contact wordt gemaakt.

Ook kunnen senioren 55+ prima aansluiten omdat zij vaak niet meer kunnen meekomen in de reguliere sport en fitness.

Waarom:

De hersenfunctie van patiënten met de ziekte van Parkinson verbetert door regelmatig te bewegen. Klik (Ctrl klik) op [Radboud UMC](#) voor meer info over bewegen en Parkinson.

Waar:

De training vindt plaats in het gymlokaal van de vereniging Olingermeeden 8 in Appingedam.

Kosten:

De kosten bedragen 15 euro per maand.
(De eerste 2 proeflessen zijn gratis)

Opgave bij:

Mina Roukema Tel.: 0610437960

of per e-mail: info@boksverenigingappingedam.nl

of kom gewoon even langs op onze trainingsavond