

# STOPPEN MET ROKEN

## GROEPSCURSUS ROOKVRIJ EN FITTER

Rookvrij en Fitter is een uniek programma. We gebruiken beweging en je manier van leven als basis. Zo helpen we jou om te stoppen met roken en gezonder en fitter te worden.

De cursus is op **maandag en vrijdag** van 19.30 tot 20.30 uur en duurt 3 weken. We starten op maandag 10 maart.

Wil je meer weten? Kom dan naar de **voorlichting** op **maandagavond 24 februari** van 19.30 tot 20.30 uur

Je kunt je daar meteen inschrijven!

**Wijkcentrum St. Joseph**  
Minckelersstraat 71,  
Hilversum



Wil je meer weten over de cursus of je meteen inschrijven?  
Bel of Whatsapp Anne op 06-28560795 of mail  
[anne@anneelberse.nl](mailto:anne@anneelberse.nl)