

Life Goals Fitness

Life Goals, hét maatschappelijke sportprogramma van Nijmegen en omstreken, organiseert fitness voor cliënten.

Zin om te sporten? Schrijf je nu in voor gratis fitnesslessen in Nijmegen! Je komt in contact met anderen en werkt aan een gezondere levensstijl. Een sportcoach ondersteunt je met het vinden van een sportactiviteit die bij jouw niveau en talent past.

Wanneer?

Elke maandag van 12.00 tot 13.00 uur (alleen voor vrouwen).

Elke donderdag van 14.00 tot 15.00 uur.

Heb je vragen? Of wil jij je aanmelden?

Neem dan contact op met [Atika Braid](#) voor de lessen op maandag of [Rogier Pengel](#) voor de lessen op donderdag.

Op sportieve wijze werken aan herstel

Sporten bij een reguliere vereniging is voor mensen met een psychiatrische aandoening niet altijd weggelegd. Met Life Goals kun je wel bij een reguliere club sporten, maar dan onder begeleiding van een goed opgeleide maatschappelijke sportcoach. Wij denken dat sport bijdraagt aan je herstel. Je zit letterlijk en figuurlijk beter in je vel. En met deze vrijetijdsbesteding in de stad, kom je ook in contact met andere mensen.

Partners van Life Goals zijn: Rabobank, Leger des Heils, Vriendenloterij, Adessium en Zorg van de Zaak Foundation.

Bekijk het actuele sportprogramma op de [website van stichting Life Goals](#).

Gegevens

Maandag:

Go4Fit Women
Berg en Dalseweg 22
Nijmegen

Donderdag:

HAN SENCA
Kapittelweg 33 (C-Vleugel)
Nijmegen

Atika Braid

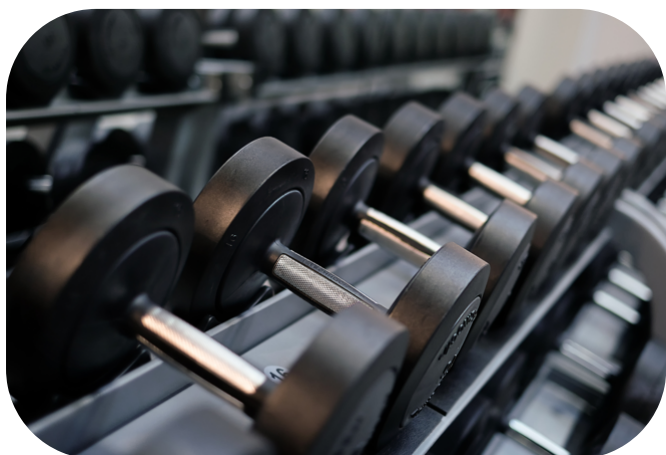
T: [06436544898](tel:06436544898)

E: atika103@hotmail.com

Rogier Pengel

T: [0647037975](tel:0647037975)

E: rogierpengel@hotmail.com



RIBW Nijmegen & Rivierenland

Kerkenbos 1103a

Nijmegen

088 - 382 24 22

www.ribw-nijmegenrivierenland.nl

info@ribw-nijmegenrivierenland.nl