

BRAVO!

Festival

Hét **gratis** evenement voor 55-plussers in Zoetermeer.



Janny van der Heijden



Barbara de Loor

Zaterdag
5 oktober 2024
10.00 uur - 15.00 uur
Dekker Zoetermeer



Jaap Jongbloed

Blijf fit en vitaal, en geniet elke dag op een actieve manier. Kom langs en ervaar het zelf!

bravofestival.nl



gemeente
Zoetermeer

Het leukste festival voor 55-plussers in Zoetermeer

Ontdek onze diverse sportieve activiteiten en
ervaar zelf hoe leuk bewegen kan zijn.

**Bowlen • Snooker • Darten • Poolen • Presentaties
Workshops • Fitstraat • Informatiemarkt**

Kom ook en ontdek een wereld van beweging, vitaliteit en plezier! Doe mee met de verschillende beweegactiviteiten zoals bowlen, stoelyoga, snookeren, verschillende danssoorten, balans en conditietraining of denksporten. Laat u inspireren door boeiende presentaties, verken de fitstraat en ontdek uw risico op het vallen bij de valrisico-test en bezoek de informatiemarkt.

Start je dag goed en beweeg om 10.15 uur mee met Barbara de Loor. Ga in gesprek met Janny van der Heijden, en Jaap Jongbloed. Zij delen hun inzichten en tips over gezond en vitaal ouder worden. Laat je verrassen door hun inspirerende verhalen en boeiende gesprekken.

Of je nu een sportliefhebber bent of gewoon op zoek naar een leuke dag vol beweging en gezelligheid, er is voor elk wat wils. Ook voor een muzikale omlijsting en een hapje en een drankje wordt gezorgd.

Het leukste gratis event
voor 55-plussers!



Op de website staat meer informatie over het programma, de locatie, bereikbaarheid en vervoer.

Scan de QR-code met je mobiel of bezoek de website: www.bravofestival.nl

Volg ons op Facebook: **BRAVO! Zoetermeer**