

# COGNITIEVE FITNESS

Train je lijf én je brein

**GRATIS  
PROEFLES**

Uit onderzoek blijkt dat bewegen een gunstige invloed heeft op de hersenen. Bewegen zorgt voor de aanmaak van nieuwe hersencellen en het stimuleert het aantal verbindingen tussen hersencellen. Doe mee met de cursus Cognitieve Fitness en houd je lijf én je brein fit!

## Gratis proefles

Maandag 10 januari 2022

## Cursus

Elke maandag 17 januari t/m 2 mei 2022

10.00-11.30 uur

15 lessen € 69

## Waar

Sporthal de Seinpaal  
Harlingenlaan 23, Volendam

## Meer info en aanmelden

Team Sportservice

Zaanstreek-Waterland

Leonie Koorn, 0229-28 77 00

[lkoorn@teamsportservice.nl](mailto:lkoorn@teamsportservice.nl)

of **SCAN DE QR-CODE**

