



Sterk  Overgang

STERK VOOR EN DOOR DE
OVERGANG



STERKE OVERGANG HOE KOM JIJ HEM DOOR?

Wil jij graag bewegen met aandacht en tips over alles rondom de overgang?

Merk je dat het in beweging komen steeds lastiger wordt en je opziet tegen het sporten? Er is nu bij FysioSterk! een programma van 18 weken waarin bewegen centraal staat. Iedere week zal er stil gestaan worden bij een symptoom van de overgang zoals: Vermoeidheid, vertraagde stofwisseling, veranderingen in de bekkenbodem, seksuele problematiek en stemmingswisselingen.

Sterk  Overgang

Voor vrouwen, voor
en tijdens de
overgang

Bewegen zonder dat
de rode wangen
opvallen

Onder begeleiding
van fysiotherapeuten
en psychomotore
therapeuten

Iedere week
informatie over een
ander thema
rondom de
overgang

FysioSterk

AANMELDEN OF
INFORMATIE?

Adres

Postcode en plaats

0548 616687

info@fysiosterk.nl

www.fysiosterk.nl