Bewegen voor mensen die minder mobiel zijn.

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLXOWtE9vtejxZvyIEy2qE7hFnIztQJ0bI>

Buurtsportcoaches Heiloo hebben beweegfilmpjes gemaakt voor mensen die minder mobiel zijn.  Deze filmpjes staan op hun YouTube kanaal waardoor ze makkelijk te gebruiken zijn. Elke week komen er voorlopig 5 nieuwe filmpjes op. Doet u ook mee?  Kijk hier op het [YouTube kanaal.](https://trefpuntheiloo.us9.list-manage.com/track/click?u=b4e51d74c8674802f110717e2&id=d9ba9188c3&e=36758deaa2)