

De ZEEUWSE Leefstijlroute

Gemeente Veere

De Zeeuwse Leefstijlroute is een 20-weeks programma waarbij deelnemers aan hun gezondheid werken. Iedereen beweegt op zijn of haar eigen niveau. Het programma is bedoeld voor alle volwassenen die vanuit zorgprofessionals advies krijgen om meer te gaan bewegen en daarmee met hun leefstijl aan de slag gaan.

Wandel jij met ons mee?

- 📍 Werken aan persoonlijke gezondheidsdoelen
- 📍 Vermindering van medicijngebruik
- 📍 Passende workshops



Wat kunt u verwachten?:

Tijdens de testdag brengen we uw startniveau in kaart door middel van verschillende gezondheidstesten en bespreken we uw persoonlijke doelen. Ieder kan op zijn eigen niveau wandelen.

Wandelmomenten:

Elke maandagavond: verzamelen om 19.00 uur, vertrek om 19.15 uur vanaf 13 april 2026

Maandag 16 maart 2026 - informatiebijeenkomst

Waar: Sport- leefstijlcentrum de Driehoek
Adres: Noordweg 125, Serooskerke
Tijd: 19.00 uur

Maandag 30 maart 2026 - 1e testdag

Waar: Sport- leefstijlcentrum de Driehoek
Adres: Noordweg 125, Serooskerke
Tijd: zelf in te plannen

Maandag 13 april 2026 - 1e wandeling

Waar: Sport- Leefstijlcentrum de Driehoek
Adres: Noordweg 125, Serooskerke
Tijd: 19:00 uur verzamelen, 19:15 uur start wandeling

Informatie en aanmelden

Ga voor meer informatie naar onze website via de QR-code. Twijfelt u of dit programma wat voor u is neem dan contact op met:

Bart van Wuijckhuijse
bart@dedriehoek.fit

Yaël van Bergeijk
y.vanbergeijk@sportzeeland.nl



De Driehoek
sport- en leefstijlcentrum



welzijn veere

amarÿn



SportZeeland