

De ZEEUWSE Leefstijlroute

Gemeente Noord-Beveland

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 door middel van bewegen aan hun leefstijl te werken.

Wandelt u 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 woensdagavond: verzamelen om 19.00 uur, vertrek om 19.15 uur vanaf 27 mei 2026

Informatiebijeenkomst 6 mei en 11 mei

6 mei: Dorpshuis Casembroot, Alexiamplein 3, Kamperland

11 mei: Dorpshuis De Brug, Havelaarstraat 101-A, Colijnsplaat

Tijd: 19:00 uur

Woensdag 13 mei 2026 - 1e testdag

Waar: Dorpshuis De stadsweide

Adres: Stadpolderlaan 1, 4484 DG Kortgene

Tijd: 16:30 uur tot 21:00 uur, zelf in te plannen

Woensdag 27 mei 2026 - 1e wandeling

Waar: Gemeentehuis Wissenkerke

Adres: Voorstraat 31, Wissenkerke

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:

Merel Schaap
info@vitaal24.nl

Yaël van Bergeijk
y.vanbergeijk@sportzeeland.nl

