

# Ontspan en versterk je lichaam op een stoel met stoelyoga



**Woensdag 31 december 2025 van 09:30 tot 10:30 uur**

Over 21 uur



**Zit&Fit-Nijmegen**

Horstacker 1451, Nijmegen



**Terugkerende activiteit**

Wekelijks op woensdag tot en met 4 maart 2026

Slow Stoelyoga: Rustige bewegingen om mobiliteit, balans en ontspanning te verbeteren, met aandacht voor ademhaling. Ideaal voor wie comfortabel wil bewegen.



Ga voor meer informatie naar  
[lindenholtleeft.nl/agenda](https://lindenholtleeft.nl/agenda)

Ontspan en versterk je li...

31-12-2025 /09:30 - 10:30

Horstacker 1451

Ontspan en versterk je li...

31-12-2025 /09:30 - 10:30

Horstacker 1451

Ontspan en versterk je li...

31-12-2025 /09:30 - 10:30

Horstacker 1451

Ontspan en versterk je li...

31-12-2025 /09:30 - 10:30

Horstacker 1451

Ontspan en versterk je li...

31-12-2025 /09:30 - 10:30

Horstacker 1451

Ontspan en versterk je li...

31-12-2025 /09:30 - 10:30

Horstacker 1451

Ontspan en versterk je li...

31-12-2025 /09:30 - 10:30

Horstacker 1451

Ontspan en versterk je li...

31-12-2025 /09:30 - 10:30

Horstacker 1451

Ontspan en versterk je li...

31-12-2025 /09:30 - 10:30

Horstacker 1451

Ontspan en versterk je li...

31-12-2025 /09:30 - 10:30

Horstacker 1451

Ontspan en versterk je li...

31-12-2025 /09:30 - 10:30

Horstacker 1451

Ontspan en versterk je li...

31-12-2025 /09:30 - 10:30

Horstacker 1451