

Beste Alle,

Gisteravond hebben we voor de 2^e keer een onlinebijeenkomst gehouden. De stagiaires Robin en Jay hadden dit keer een kahoot quiz samengesteld, met diverse vragen. De deelnemers waren hier enorm over tevreden. De top drie van de Quiz zijn, 1^e Gerard, 2^e Sebastiaan, 3^e Corné. Linde stond wel op de 1^e plaats, maar hebben wij gediskwalificeerd, had het programma onder haar hoede.

Ook kwam tijdens de bijeenkomst naar voren dat ze het leuk en gezellig vinden als er ruimte is om samen wat te kletsen en wat grappen en grollen naar elkaar uit te spreken in deze moeizame tijd. Het gemis van hun wekelijkse activiteiten kwamen ook even ter sprake.

Aankomende donderdagavond organiseren wij weer een onlinebijeenkomst, hierover ontvangen jullie weer tijdig een vooraankondiging en deelname mail. Ideeën voor de digitale bijeenkomst kan je mailen naar:

ideeenbus@aangepastesporten.nl



Sporten tijdens corona:

Door de corona is sport en bewegen niet meer hetzelfde als eerst. De gebruikelijke activiteiten kunnen voorlopig nog niet doorgaan, maar we willen wel gezond en sportief blijven. Daarom bieden wij jullie de volgende informatie aan.



Bewegen op muziek

Hou jij wel van een gezellig muziekje? Bekijk dan de video's van Fysiotherapie Abrona, bewegen op muziek. Ook voor(rol)stoelrobics:

<https://www.youtube.com/channel/UCQ69pwkZeHKCZDYGwrr0ng>



Doe mee met Nederland in Beweging!

Nederland in Beweging is dagelijks op televisie, om 10.15 en een herhaling om 14.30u. Terugkijken kan ook:

<https://www.maxvandaag.nl/programmas/tv/nederland-in-beweging/>