



Blekkerhoek
Raalte



Bewegingstoestel voor de ouderen en voor kinderen

Balans

Mindervaliden

Evenwicht

Samen oefenen

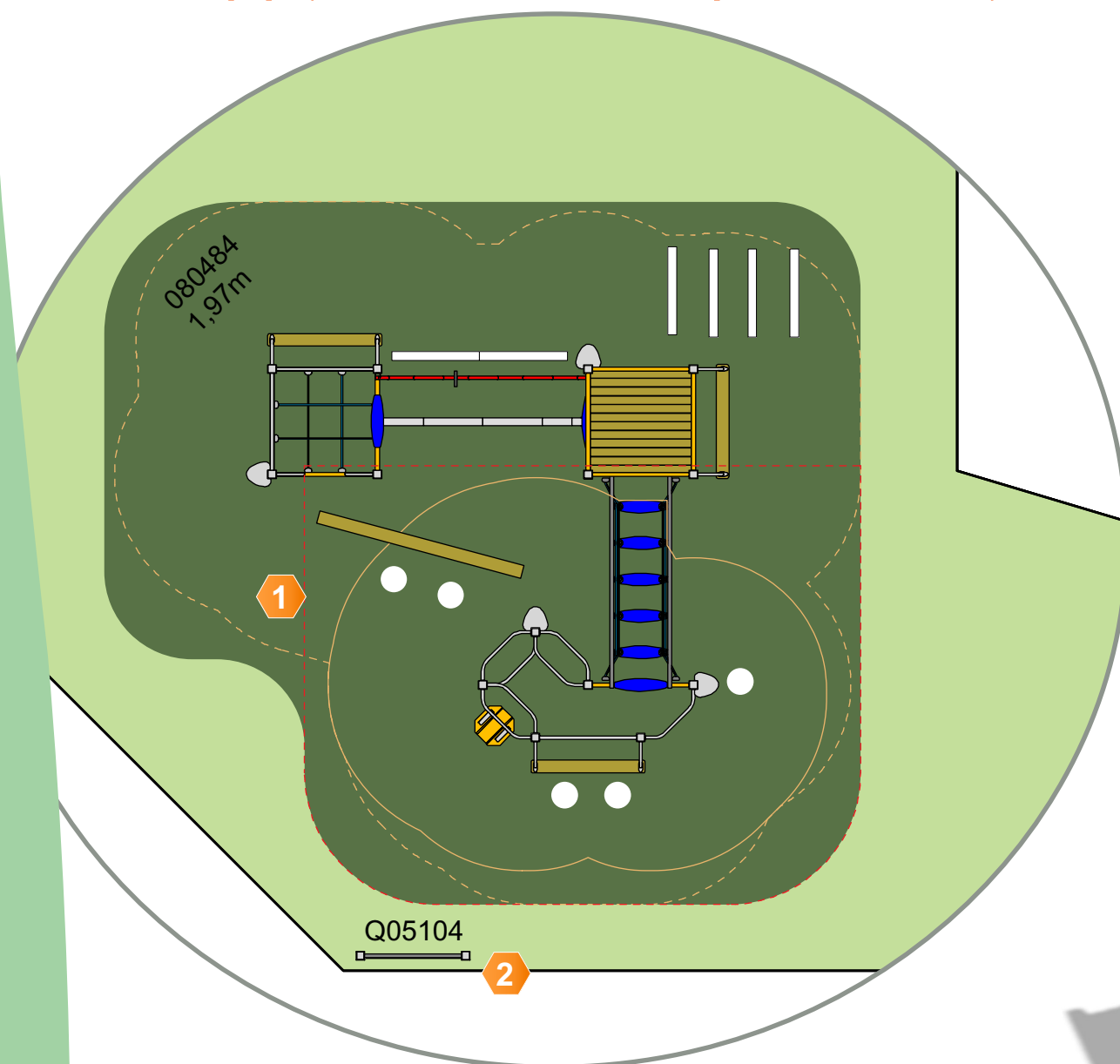
Coördinatie

Oefenen op je eigen niveau
Rolstoelgebruik



Gezichtsbeperkten

Laag gepositioneerd voor begeleidende hulp



Beweegaanleiding in het kunstgras



1 *Opa Commandeur combi 4*

Dit uitgebreide seniorentoestel daagt uit tot bewegen. Op het toestel zijn honderden oefeningen mogelijk en vormt een goede basis voor een beweegtuint. Regelmatig en met plezier bewegen geeft een positieve impuls. Door oefeningen te doen gaat de motoriek van de senioren weer vooruit en voelen de ouderen zich zelfverzekerder. Op dit toestel kunnen de jongere kinderen zich prima op vermaken, loop je eigen parkourkje en trotseer de verschillende elementen.



2 *Informatiebord*

Dit informatiebord geeft een toelichting bij mogelijke oefeningen. Regelmatige lichaamsbeweging vermindert risico van vallen in het dagelijks leven, verbetert balans, vergroot de zelfverzekerdheid en draagt bij aan een betere mobiliteit.

