

## OVER CONDITIE EN GEZELLIGHEID

Of je ooit een actief sporter bent geweest en misschien zelfs topsporter....  
Of je nooit iets aan sport hebt gedaan....  
Of je was en bent nog steeds een boekenwurm en jouw schermtijd is acht uur per dag....  
Hoe dan ook..... JE HEBT CONDITIE !!!!!!!!!!!!!

Goed of slecht, misschien gemiddeld, maar je hebt conditie!  
Als je wat ouder wordt, gaat jouw conditie heel geleidelijk achteruit. Je merkt er vrijwel niets van. Tot het moment, dat je je best moet doen om sokken aan te trekken of je veters te strikken.

Het is van groot belang om jouw conditie te verbeteren of op zijn minst op peil te houden.

Dat kan door plezier te hebben.  
Plezier krijg je tijdens sport. Sport, zoals walking football.

In onze groep Walking Footballers wordt ieder in zijn waarde gelaten. De één heeft een goede conditie, de ander juist niet en wil gewoon meedoen. Nog iemand wil in gewicht afvallen ..... een dikke buik wegwerken. Weerstand kweken. Het gaat er niet om of je goed kunt voetballen.

Verbazend hoe je met walking football je conditie kunt beïnvloeden. En allemaal met plezier. Er wordt wat afgelachen tijdens zo'n training en bij het "partijtje".

Zeg niet bij voorbaat "neen". Probeer het! Gratis! Je zult het niet alleen leuk vinden, maar ook zinvol. Je zult enthousiast worden. Je zult genieten!

Investeer in jezelf en blijf zelfredzaam. Kweek weerstand.  
Kom kijken of doe gelijk mee.  
Niemand staat buitenspel bij walking football! Voor dames en heren.

Op initiatief van "FC Groningen in de Maatschappij" traint een groep bij Asser Boys op dinsdagmiddag (16.00 uur) en vrijdagavond (18.30 uur).

Informatie is te zien op [www.walkingfootballassen.nl](http://www.walkingfootballassen.nl)  
en op te vragen via [walkingfootballassen@gmail.com](mailto:walkingfootballassen@gmail.com)  
Je kunt ook bellen naar 06 543 456 00

**WAT WORDT HET? ACHTER DE GERANIUMS OF ..... BALLEN !**



**FC GRONINGEN**  
**IN DE MAATSCHAPPIJ**

## Ik wil graag aan sport doen

Daarom meld ik mij aan om de sport van mijn keuze eens vrijblijvend uit te proberen tijdens een training.

Mijn naam:

Adres:

Mailadres:

Telefoonnummer:

Leeftijd:

Als u belangstelling heeft om walking football te proberen, kan dat op

dinsdagmiddag 16.00 uur

vrijdagavond 18.30 uur.

Het is bedoeld voor mannen van 55 jaar en ouder en voor vrouwen van 40 jaar en ouder. Gelijk meedoen? Prima. Eerst eens kijken? Van harte welkom!

We trainen op het sportpark van Asser Boys

(\*doorstrepen, waar de voorkeur niet naar uitgaat)

**\*JA** Ik heb belangstelling voor walking football.

**\*NEEN** Ik heb geen belangstelling voor walking football maar ik kies voor een andere tak van sport, namelijk :

.....

Kiest u niet voor walking football dan geven wij uw belangstelling door aan een betreffende club in Assen of in de regio.

