



Doesburg Beweegt
De Linie 2
6982 AZ Doesburg
T: 06 372 83 518
E: ward@doesburgbeweegt.nl

PERSBERICHT

Doesburg, 19 december 2024

Fitheidstest voor 55-plussers in de gemeente Doesburg

Elk jaar wordt door Doesburg Beweegt, in opdracht van de gemeente Doesburg, de fitheidstest voor 55-plussers georganiseerd. Op deze manier krijgen Doesburgers vanaf 55 jaar de mogelijkheid om op verschillende onderdelen inzicht te krijgen in hun gezondheidssituatie. Graag nodigen wij u uit voor deze gratis fitheidstest op zaterdag 22 februari 2025 in sporthal Beumerskamp, Breedestraat 39 in Doesburg. U moet zich hier voor aanmelden.

Hoe verloopt de fitheidstest?

Als u op 22 februari in de sporthal komt, wordt u ontvangen door de organisatie. Vervolgens gaat u verschillende testonderdelen volgen. Hierbij worden o.a. metingen gedaan op het gebied van reactie, coördinatie, conditie, kracht, balans en lenigheid. Bij alle onderdelen is begeleiding aanwezig. Na het doorlopen van de onderdelen bent u ongeveer één uur verder.

Adviesgesprek

Als u wilt is het mogelijk om na de test, op basis van de resultaten, een persoonlijk adviesgesprek aan te gaan met één van de professionals. Dit gesprek duurt maximaal tien minuten, mocht er behoefte zijn voor meer verdieping dan kan er ter plekke een vervolgspraak gemaakt worden.

Uitnodiging

In week 2 van 2025 ontvangt u per post een uitnodiging voor de Fitheidstest, in deze brief vindt u meer informatie. U hoeft niet te wachten op deze brief om u aan te melden, dit is vanaf nu mogelijk.

Aanmelden

U kunt zich aanmelden voor de fitheidstest via de website www.actiefindoesburg.nl, klik op de banner 55-plussers en dan op [Inschrijven Fitheidstest 2025](#), kies u gewenste tijdstip en volg de stappen. Dit kan tot en met 21 februari en is verplicht.

Vragen of hulp bij aanmelden

Heeft u nog vragen of hulp nodig bij het aanmelden? Neemt u dan contact op met Ward Terpstra van Doesburg Beweegt via ward@doesburgbeweegt.nl of telefoonnummer 06 372 83 518. Bij geen gehoor graag voicemail inspreken, dan wordt u teruggebeld.

Noot voor de redactie, niet voor publicatie: Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Ward Terpstra, van Doesburg Beweegt. Hij is te bereiken op 06 372 835 18 en via e-mail: ward@doesburgbeweegt.nl