



WALKING FOOTBALL

IEDERE WOENSDAGMIDDAG VAN 14.⁰⁰-15.⁰⁰ UUR
START VANAF WOENSDAG 7 SEPTEMBER 2016

**55+ MANNEN EN
VROUWEN WELKOM!**

Walking Football bij FC Hoensbroek!

Voetballen zonder rennen, dat is Walking Football in een notendop. Walking Football heeft dezelfde regels als het gewone voetbal met een paar uitzonderingen. Behalve dat er niet mag worden gerend, is er geen buitenspel en zijn er geen keepers. Niet rennen houdt in dat er altijd één voet aan de grond blijft. Ook mogen er geen slidings gemaakt worden en de bal mag niet boven heuphoogte komen. De spelregels zijn bedoeld om de fysieke belasting laag te houden, zodat blessures worden voorkomen.

Waarom Walking Football?

Bewegen komt de gezondheid ten goede, daarnaast kunt u weer genieten van uw oude/nieuwe hobby en u leert nieuwe mensen kennen!

Trainingen Walking Football

Om deel te nemen aan de Walking Football-trainingen moet u 55+ zijn. Je hoeft niet perse lid te zijn van FC Hoensbroek, dit mag natuurlijk wel. Voor niet-leden bedragen de kosten € 2,- per training.

Getraind wordt er op de woensdagmiddag van 14.00 uur tot 15.00 uur op sportpark Nieuw-Lotbroek (Frederikstraat 50 te Hoensbroek). Na afloop wordt er natuurlijk nog gezellig nagebabbeld onder het genot van een kopje koffie.

Interesse?

Heeft u (man/vrouw) interesse om deel te nemen aan de trainingen voor het Walking Football bij FC Hoensbroek of heeft u vragen? Neem dan gerust contact op met Bernd Stanneveld.



Walking Football bij FC Hoensbroek

Sportpark Nieuw-Lotbroek (Frederikstraat 50 te Hoensbroek)
Contactpersoon: **Bernd Stanneveld** - M: 06-25 43 24 04