



**SAMEN
WEER
FIT!**

Sporten na kanker in Leiden

Ben je (bijna) klaar met je behandeling en zou je graag willen werken aan je conditie? Meld je dan aan bij **Samen weer Fit!**

SPORTEN NA KANKER

Na kanker hebben veel mensen last van vermoeidheid en weinig energie. Wetenschappelijk onderzoek toont aan dat sporten een positief effect heeft op deze klachten en de kwaliteit van leven verbetert. Wil jij ook graag werken aan je conditie, maar ben je onzeker over waar je moet beginnen? Dan kan je je vanaf nu aanmelden voor **Samen weer Fit!**

PROFESSIELE BEGELEIDING

De trainingen worden begeleid door een Oncologisch Fitnessstrainer. Deze trainer heeft kennis over de ziekte kanker, diverse behandelmethoden en de bijwerkingen. Met behulp van deze kennis kan er een beweegprogramma op maat worden aangeboden. Samen train je veilig en zal je merken dat je conditie verbetert.



 **SAMEN STERKER**



Samen weer Fit! is er voor mensen die:

- Een kankerbehandeling hebben afgerond
- Hun conditie willen verbeteren
- Liever willen sporten onder begeleiding van een oncologische Fitnessstrainer
- De stap naar de sportschool/ vereniging te groot vinden
- Het fijn vinden om dit samen te doen



Wil je weten hoe wij je kunnen helpen om zo fit mogelijk te blijven tijdens of na jouw strijd tegen kanker? Vul het contactformulier in en wij nemen zo snel mogelijk contact met u op.

Na een gratis intakegesprek kunnen wij samen aan jouw doelen gaan werken!!

Tijden (o.a.):

Maandag en woensdag
van 11.00 tot 12.00 uur

Sporten na kanker

Floris Versterlaan 65⁶
2316 DZ Leiden

 info@willeminwesterlaken.nl

 www.samensterkertraining.nl

 [@samensterker2024](https://www.instagram.com/samensterker2024)

 06 48 134 721

CONTACT FORMULIER:

Voornaam _____

Tussenvoegsel(s) _____

Achternaam _____

Straat + huisnummer _____

Postcode + woonplaats _____

Mobiel _____

E-mail _____