



ACHTERHOEK
IN BEWEGING

FC Zutphen start vrijdag 8 maart om 10.00 uur met Walking Football

Je bent zo jong als je jezelf voelt en je bent nooit te oud om te leren. Bewegen, meedoen en ontmoeten, dat zijn de basisprincipes van het Walking Football; een voetbalvorm voor ± 60-plussers die nog lekker actief bezig willen zijn. Zes tegen zes, zonder keepers, op een klein veld rustig een balletje trappen. Er wordt niet gerend en buiten spel bestaat niet.

Een training start met een kopje koffie of thee, gevolgd door de warming-up en een wedstrijdje Walking Football. Er wordt getraind naar eigen kunnen. Deelnemers hoeven dus geen voetballer te zijn. En zowel heren als dames zijn welkom!

Ook meedoen?

Kom dan vrijblijvend een paar keer mee trainen. Iedereen kan meedoen, spelers bepalen zelf hun grens en niets is verplicht. Trek makkelijke kleding en schoeisel aan (voetbal, wandel, hockey of gymschoenen) en ervaar hoe intensief het spelletje kan zijn. Er is al menig zweetdruppel op het veld neer gedaald, wandelvoetbal daagt meer uit dan de meesten vooraf denken!

Vrijdagmorgen 8 maart is de officiële aftrap OldStars FC Zutphen. Je bent van harte welkom op het sportcomplex 't Meijerink aan het Meijerinkpad 1 in Zutphen om mee te doen.

Vanaf **10 uur** staat de koffie klaar en is er een korte uitleg in de kantine, rond 10.30 uur start de training o.l.v. Andre van de Ley.

Aanmelden is niet verplicht, maar is wel prettig voor de organisatie en kan door een e-mail te sturen naar

evert.koster@fczutphen.nl

Kom meedoen en breng gerust iemand mee!



OldStars is een initiatief van Eredivisie, het Nationaal Ouderenfonds en de Vriendenloterij en is al in veel gemeenten in Nederland actief. Menzis, Rabobank Graafschap en Betaald Voetbal De Graafschap hebben nu de handen ineengeslagen om Walking Football in de Achterhoek mogelijk te maken onder de naam OldStars Achterhoek. Dit om 60-plussers stimuleren tot bewegen, meedoen en met elkaar in contact te brengen. Zij worden hierbij ondersteund door Achterhoek in Beweging en het Nationaal Ouderenfonds.



Rabobank

