

Een beweegtuin in Bennekom. Foto: NIJHA.



In Overvecht gaat op 23 november de eerste beweegtuin van Utrecht open. In de tuin staan speciaal ontworpen fitnessstoestellen waarop ouderen aan hun conditie kunnen werken.

De beweegtuin in Park Vechtzoom is de enige in de regio en een van de circa twintig in Nederland. De tuin is ingericht met verschillende soorten toestellen waarmee het mogelijk is om een afgerond geheel aan oefeningen te doen. Gedachte achter de beweegtuin is dat senioren die er gebruik van maken zich prettiger en zekerder voelen.

Bron: DNU.NU , De nieuwe utrechter, 10 november 2010