



SAMEN BUITEN SPORTEN



We dagen je uit om samen **buiten** te sporten!

Buiten sporten heeft een positief effect op het lichaam en het is leuker dan altijd binnen te zitten. Wees creatief op wat je allemaal buiten kan doen.

OPBRENGST VOOR JOU

- ✓ nog meer plezier
- ✓ sociaal contact
- ✓ een frisse neus en een extra shot vitamine D
- ✓ een betere weestand
- ✓ een groter concentratievermogen
- ✓ frisse buitenlucht

OPBRENGST VOOR HET MILIEU

- ✓ Minder vervuiling → minder gebruik van het verluchtingssysteem, lichten, verwarming, enz.

