

Watzoekje?

Geef hier je zoekterm in

Geef hier je zoekterm in

Beweegroute

Wil je méér bewegen? Een fitter lichaam? Een betere gezondheid en meer energie? Doe dan de beweegroute van Kortenberg met start aan verzamelpunt Berkenhof tot verzamelpunt Oude Abdij of omgekeerd..

Via een wandeling van 1000 meter vind je 15 bordjes met eenvoudige oefeningen om je uithoudingsvermogen, evenwicht en kracht te trainen. De oefeningen zijn makkelijk en leuk, voor jong en oud. Ze worden nog fijner als je ze samen met vrienden of familie doet. Plezier verzekerd. En dat fittere lichaam krijg je er gratis bij.

Mag het wat moeilijker? Doe dan de opdrachten in de groene of zelfs blauwe balk!

De beweegroute is vrij toegankelijk en je hebt geen sportkledij nodig.

Bron: UiTinVlaanderen.be



Wanneer

Altijd open

Waar

O.C. Berkenhof
Populierenlaan 37
3070 Kortenberg

Prijs

Gratis

Organisatie

Logo Oost-Brabant
Kloosterweg 9
3020 Herent

^ Tobania
Gemeente Kortenberg
Dr V. De Walsplein 30, 3070 Kortenberg
T 02 755 30 70, info@kortenberg.be