

Fit & Fun Circuit!



Waarom Fit en Fun?

Enthousiasme en plezier zijn nodig om de leefstijl te veranderen. Met het **Fit en Fun Circuit** gaan werknemers lekker actief aan de slag. Zij maken op een leuk manier kennis met gezond eten en goed in te passen beweegactiviteiten.



Fit & Fun Circuit?

Het circuit bestaat uit verschillende opdrachten, oefeningen en testjes. Het is ook zeer geschikt om een competitie (in kleine teams) uit te voeren.



Wat is mogelijk?

Een paar voorbeelden:

- Gezond eten, proeven, ruiken, zien: Een zintuigenspel
- Pret om het etiket: Quiz over productinformatie
- Ben jij in balans? Een evenwichtsoefening
- Sla je slag! Test je slagvaardigheid met dit spel
- Hoe fit ben jij? Verschillende korte fitheidstestjes



Ons aanbod

Het circuit wordt op maat gemaakt. De keuze van activiteiten is afhankelijk van jullie interesse, het aantal deelnemers en beschikbare ruimte en tijd.

www.personeelinvorm.nl