

BEWEEGRROUTE NOORDHOEK - SPOORPARK

START

DE BOOMTAK

1 SENS

TRAPLOPEN

2 TILBRIA

ZIJWAARTS BEEN HEFFEN

3 GARAGES

SQUATS

4 GARAGES

LIJN LOPEN VOOR GARAGES

5 LANTAARN
PAAL

HOOG REIKEN-AANTIKKEN

6 BIELZEN

STAPPEN VAN BALK NAAR BALK

INDIEN U GEEN OPSTAPJE KUNT NEMEN: VOLG 7B EN 7C OM BIJ 8 UIT TE KOMEN.
VOLG 7A, INDIEN U HET OPSTAPJE WÉL KUNT NEMEN

7A PLANKEN
VLONDER

LIJN LOPEN NAAR HET T-HUIS

7B BANKJE

ZITTEND KNIE HEFFEN

7C BRUG

OPDRUKKEN TEGEN DE RELING

8 BETONNEN
ZITRAND

DIPPEN

9 DE RITS

SLALOM OM DE BLOKKEN

10 BOOM
CIRKEL

RONDJE OM DE BOOM LOPEN

LOOP HIER HET SPOORPARK UIT EN STEEK OVER RICHTING DE BOMENBUURT

11 VORMEN
RIJK

SAMEN EEN VORM MAKEN

12 REKSTOK

BUKKEN ONDER DE REKSTOK DOOR

13 HERBERGIER

ZIJWAARTS LOPEN BIJ HET HEK

TERUG NAAR DE BOOMTAK (VOOR KOFFIE ;-)



QR-FIT



GEMEENTE TILBURG



BEWEEGR sport mobiliteit gezondheid



Stichting Noordhoek