

Denk mee over de inrichting van de sport- en beweegroute in Groot Nooten, Warande.
Geef op het formulier de keuze van uw voorkeur voor de bootcamp of outdoor fitness aan.

In dit document ziet u welke mogelijke toestellen er worden gebruikt.

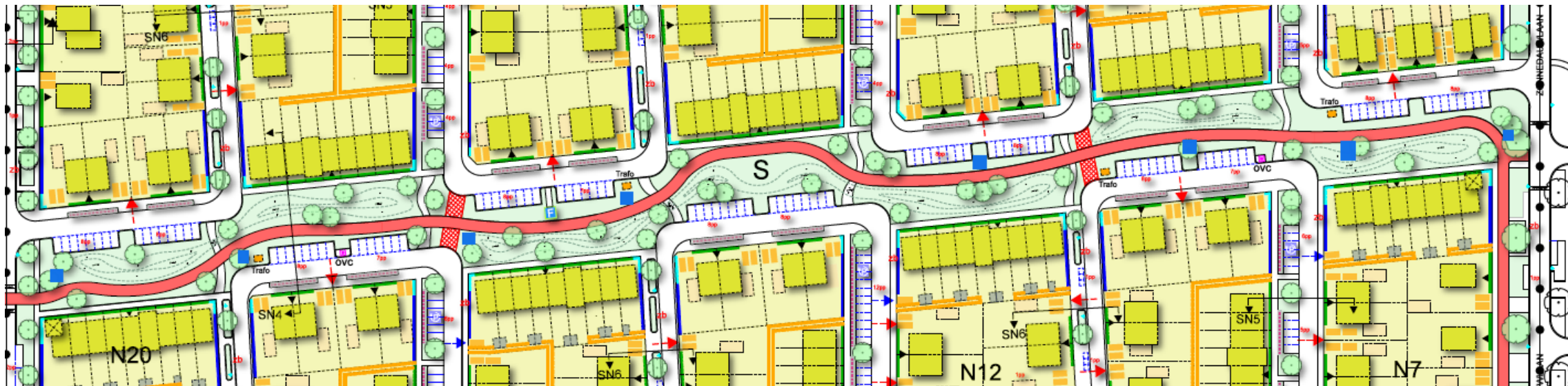


0 Bootcamp



0 Outdoor fitness

Wat houdt de bootcamp in? Bekijk hier de voorbeelden bootcamp – als onderdeel van de sport- en beweegroute.



■ Route met oefeningen op verschillende plekken. Onderstaand ziet u mogelijke toestellen.



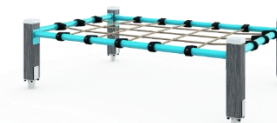
Fitnessladder



Obstakelwand



Sprongbox



Kruipnet



Opdrukken

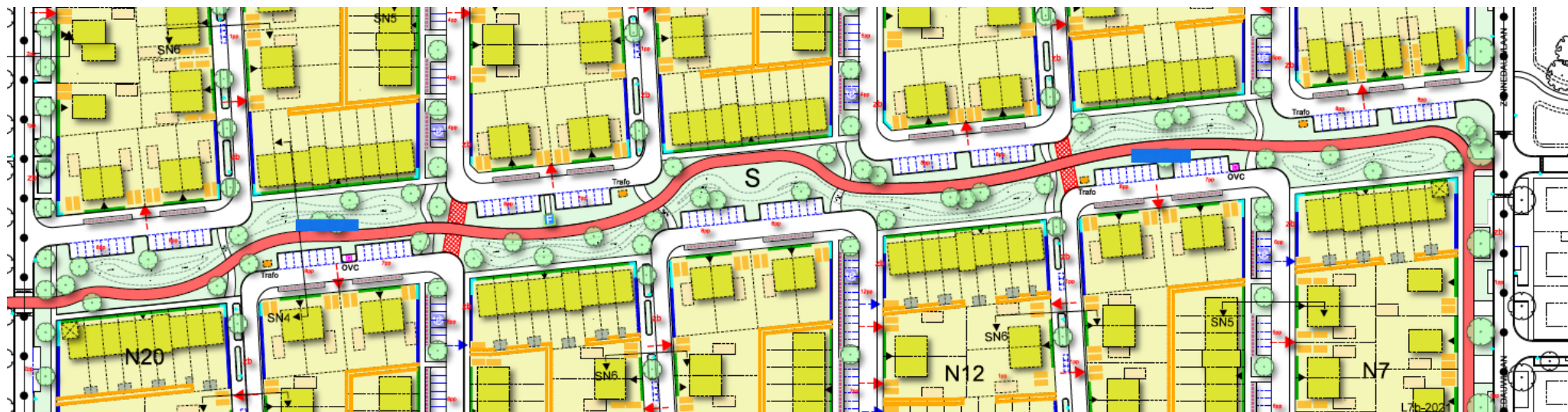


Klimwand met net



Buik- en rugtrainer

Wat houdt outdoor fitness in? Bekijk hier de voorbeelden outdoor fitness – als onderdeel van de sport- en beweegroute



Meerdere fitness toestellen bij elkaar op twee of drie plekken. Onderstaand ziet u mogelijke toestellen



Borst



Rug



Situp



Pull-up



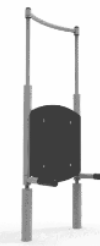
Twister



Strekken



Airwalker



Legpress