

WANDELBINGO LANDSMEER



Houd eenvoudig bij welke opdracht je hebt voltooid door de voetstap bij de opdracht in te kleuren



evean

MEE



Loop 45 minuten
Stop onderweg en
geniet 10 minuten
van het uitzicht



Opruimen:
Verzamel zwerfafval
tijdens een wandeling
van 45 minuten



Wandel
vandaag
langs deze
brug



Wandel 45 minuten.
Klaar? Drink een
groot glas water



Wandel 30 minuten.
Ga bij elk bankje 5x
zitten en sta weer op



Wandel naar een
bekende en maak een
praatje aan de deur



Wandel 30 minuten
voor het avondeten



Loop vandaag een
rondje om de kerk
(Het Kruispunt)



Dauwtrappen!
Wandel 30 minuten voor
10 uur 's ochtends



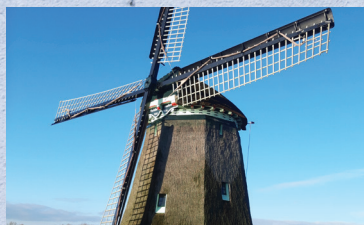
Loop vandaag een
rondje door het
wijkpark en langs
de volière



Wandel samen met een
maatje en drink daarna
gezellig een kopje
koffie of thee



Wandel naar/langs
de Twiskemolen



Wandel 45 minuten en
maak onderweg
mooie foto's



Wandel 30 minuten
voor je gaat lunchen



Breng wandelend een
kaartje met een lieve
boodschap naar iemand



Wandel 30 minuten
en groet onderweg
5 personen



Opruimen:
Verzamel zwerfafval
tijdens een wandeling
van 45 minuten



Wandel 30 minuten.
Doe onderweg
3 x 5 kniebuigingen



Loop een route
van 45 minuten.
Klaar? Drink een
groot glas water



Nodig een buurman of
buurvrouw uit voor een
korte wandeling



Wandel 30 minuten voor
zonsondergang en ge-
niet van het uitzicht



Wandel 30 minuten.
Ga bij elk bankje 5x
zitten en sta weer op



Wandel 30 minuten
n zwaai onderweg naar
5 mensen die
binnen zitten



Boodschappen doen?
Wandel vandaag
naar de supermarkt

