

# Inspiratie voor een.... (GEZONDE) beloning



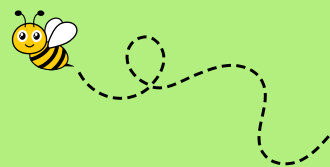
## Natuurlijk verdient je kind een beloning na zo'n sportieve prestatie!

Maar die beloning hoeft niet per se ongezond te zijn. In plaats van snoep kan je bijvoorbeeld ook een cadeautje aan een ketting of slinger vastmaken.

### Inspiratie nodig?

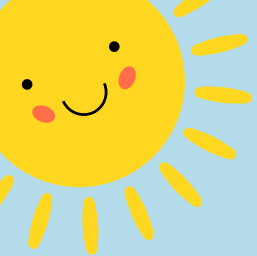
Hieronder volgen enkele suggesties

- Springtouw
- Sleutelhanger
- Waterpistool
- Waterfles
- Bellenblaas
- Frisbee
- Knikkerzakje
- Stoepkrijt
- Waterballonnen



De Gezonde Avondvierdaagse is  
een initiatief van:





# BINGOKAART

Probeer elke dag alle vakjes af te (laten) kruisen en maak kans op leuke prijzen!



## Dag 1:

Heeft je moeder of vader de regels uitgelegd die in het wandelboekje staan

Trek je leukste/vrolijkste sokken aan



Vind voordat je start Nunspeet Beweegt op het marktplein

Maak een kikkersprong

## Dag 2:



Neem een stukje fruit mee voor tijdens het wandelen

Laat de route controleur (met oranje hesje) dit vakje af kruisen

Zoek iets met elke letter van je naam.

Bijvoorbeeld:  
P = park  
I = insect  
P = poes



Vertel een mop aan iemand

## Dag 3:

Neem een flesje water mee

Draag een leuke accessoire



Neem een stukje afval mee vanaf de route en gooi het in een prullenbak

Maak na afloop een leuke groepsfoto (en tagg Nunspeet Beweegt)



## Dag 4:

Neem iets gezonds mee voor tijdens het wandelen



Zwaai naar een voorbijganger

Zing een liedje



Hoeveel bekenden heb je gezien?  
.....



Naam: .....  
Leeftijd: .....  
Email: .....  
Telefoonnummer: .....

Lever je bingokaart **vóór 30 mei** in bij de inleverdoos in Sportief Recreatiecentrum de Wiltsangh en maak kans op leuke prijzen!

Volg Nunspeet Beweegt op Sociale media voor meer informatie over de prijzen!