




# Sportieve Verkenning

## QR-FIT route de Zwanenhof!

Er is een nieuwe **QR-FIT beweegroute** in de buurt. En dat moet natuurlijk gevierd worden. Onder begeleiding van **QR-coach Lisa** gaan we de nieuwe route feestelijk openen. Samen lopen we de sportieve route.

-  **Gratis deelname**
-  **Landgoed de Zwanenhof**
-  **28 februari, 15:00 – 16:30 u**
-  **Een leuke goodie**

**Ik doe mee!** En mijn vrienden ook

Meld je snel aan op [www.qr-fit.nl/events](http://www.qr-fit.nl/events)  
of via de QR-code hiernaast

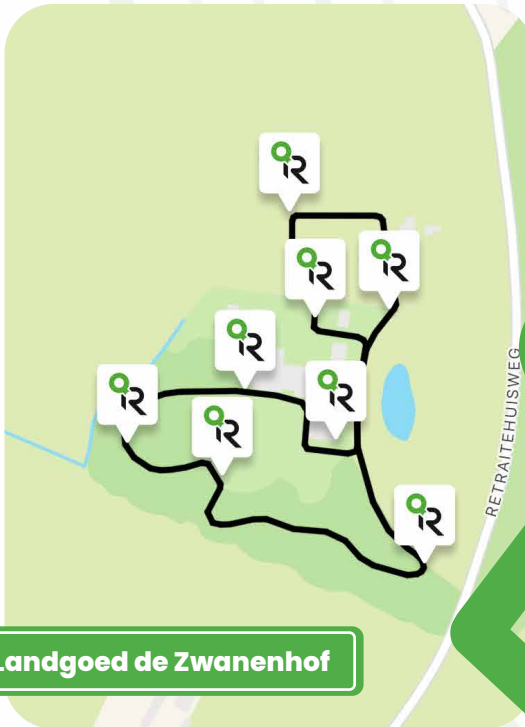


# Hoe werkt QR-FIT?

## 1. Download de QR-FIT app



Scan de QR-code met de camera van je telefoon om de app te downloaden



Landgoed de Zwanenhof

2. Ga naar de start
3. Scan de code op het paaltje
4. Krijg een oefening op jouw niveau
5. Loop naar de volgende paal
6. Herhaal!