

## DEEL 2 “ACTIEF IN HET HOLTENBROEKERBOS”

In dit deel van de speurtocht wijzen onze buurtsportcoaches je de weg! Start met je rug tegen Out of the box en loop naar links, richting het bos. Bij elk kruispunt kijk je op de foto welke kant je op moet.

**Adres: Palestrinalaan 2, Zwolle**



1.



## 2. Het eerste kruispunt....



3.



4.



5.



### **OPDRACHT 1: CONDITIE**

Slalom zo snel mogelijk om de bomen tot aan de dijk.  
Ben je samen? Doe een wedstrijdje!



6.



### **BONUS OPDRACHT: CREATIVITEIT**

Heb jij een goed idee om het Holtenbroekerbos nog aantrekkelijker te maken om te spelen of te sporten?

Laat het dan weten dan geven wij het door aan de gemeente en wie weet wordt jouw idee volgend jaar werkelijkheid!



**OPDRACHT 2: KRACHT**

Train je bovenarmen door je 10x te laten zakken op het bankje. Houd je rug en benen recht!

7.



**OPDRACHT 3: CONDITIE**

Ren 10x de dijk op en af!

8.



9. Vervolg je weg langs het water.





10.



#### **OPDRACHT 4: BALANS**

Probeer (zonder in het water te vallen!) over de balk naar de overkant te lopen en weer terug.



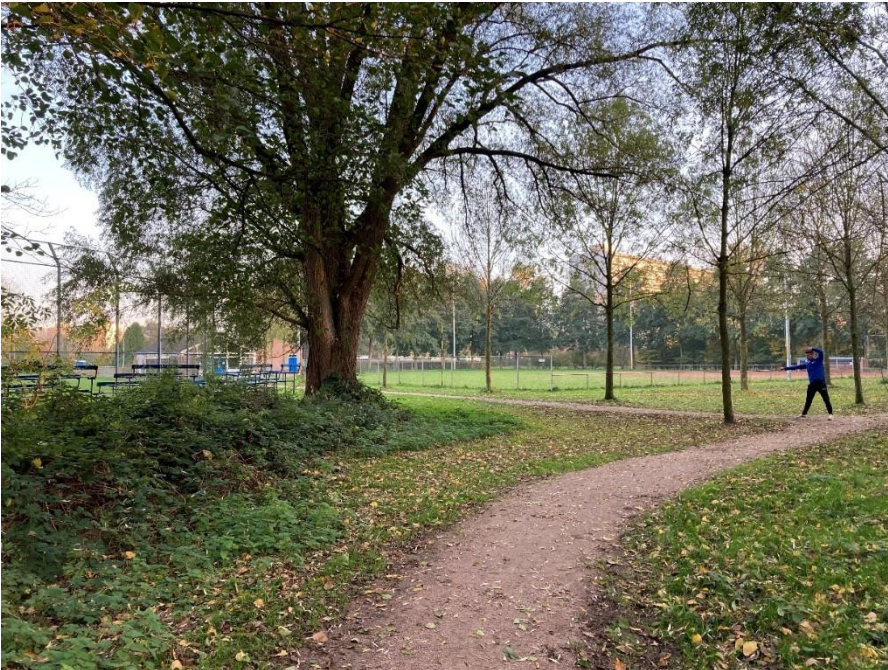
11.



12.



13.



**OPDRACHT 5: BEHENDIGHEID**

Klim 5x heen en terug over de tribune.



14.



**LET OP!**

**Zoek hier de QR-code voor het laatste deel van de speurtocht!**



**Met deze QR-code heb je het laatste deel van de puzzeltocht in handen!**



15.



**OPDRACHT 6: BEHENDIGHEID**

Spring over de sloot zonder natte voeten te krijgen!

16.



17.



18.





19.



20.

In het voorjaar van 2021 komt hier de nieuwe **Out of the box 2.0**.  
Kom je dan nog eens terug om te spelen?



21.



22.



### **Out of the Box**

En daar zijn we weer terug bij Out of the box! Goed gedaan!

De box staat nu bij de James Last flat en zit vol met uitdagend buitenspeelgoed! Kom op donderdag of vrijdag na schooltijd nog eens terug om hier te spelen, dan staan de buurtsportcoaches en studenten van SportService Zwolle klaar om hier met jullie samen buiten te spelen!

Vanaf voorjaar 2021 zal de box een plekje opschuiven en wordt the box ingericht met nieuw speelgoed wat meer gericht is op natuurlijk buitenspelen. Zoals grote takken om een hut te bouwen en skelters met karren om dingen te vervoeren.

**Succes met deel 3, het laatste deel van deze speeltuinspeurtocht!**

**Vragen/info:** [buurtsportcoach@sportservicezwolle.nl](mailto:buurtsportcoach@sportservicezwolle.nl)

