

Zaterdag 11 juni trapt de Healthy Food Movement af met 'Gezond naar de Top vertical bike event'



Voeding en bewegen is leuk!

We starten de dag om 09.00 uur met een bootcamp door The Gym, Westland Gezond en een ontbijt van Bij5, waarbij de opbrengsten naar de Daniel(le) de Hoed actie zullen gaan. Daarna spektakel op het Wilhelminaplein, want om 11.00 uur zal **Sjaak van der Tak** de week van de **Healthy Food Movement** openen.

Kom kijken hoe onze burgemeester als eerste Westlander 12 meter omhoog fietst en de eerste tijd van deze mooie dag zal noteren. Voor € 5,00 kunt u zelf proberen een snelle tijd neer te zetten. **Hierdoor maakt u meteen kans op mooie prijzen.**

Vanaf 12.00 uur zal er ieder uur een **Challenge zijn tussen een topschaatser en een topfietser uit Zuid-Holland**. Indien u niet zelf op de fiets wilt klimmen, kunt u een gokje wagen door te voorspellen wie de race gaat winnen! 50% kans op een prijs!

Healthy Team zal die dag met schaatsplank-, agility- en cornerbelt demo's verzorgen, er is een mini-skatebaan en een smoothie-fiets. Op de terrassen en bij de kraampjes kunt u het **'gezond naar de top broodje'** en andere Westlandse snacks kopen en proeven. Een Salad Jam wil zeggen 'gratis entertainment' door Job Struijk, een tovenaars met rauwkost, oliën en cressen. Verder zijn er professionele (JPT) trainers die voorlichting geven over voeding en trainen met de bodytec.

Voor deze dag heeft Avilas een **HFM-Flashmob** gemaakt. Om 14.15 uur zullen de jeugdgroepen van Avilas streetdance starten met deze fantastische uitdaging. We willen het hele plein in beweging zien en dat terwijl de activiteiten op de Vertical Bike gewoon doorgaan.

Om 16.30 uur sluiten we de dag af met een Challenge op de vertical bike tussen een **'van TV bekende topschaatser'** en een **'winnaar van een Westlands criterium'**. U kunt nog één keer een gokje wagen. Wie is er sneller: de schaatser of de fietser?!

Gezondnaardetop.nl wordt mede mogelijk gemaakt door:





Kom ook en doe mee!

Programma zaterdag 11 juni

- 9.00 uur Bootcamp aanmelden bij info@westland-gezond.nl
- 10.00 uur Ontbijt voor de bootcampers met het broodje 'Gezond naar de top'
- 11.00 uur Opening vertical bike event door Burgemeester van der Tak
Doorlopende demo's van Healthy Team
Mini-skate baan voor de kinderen
Entertainment bij de kramen
Aanmelden voor vertical bike bij info@healthyteam.nl
- 12.00 uur 1e Challenge tussen topfietser en topschaatser
2e om 13.00 uur, 3e om 14.00 uur, 4e om 15.00 uur
- 14.15 uur Flashmob + Optreden van de jeugdgroepen van Avilas streetdance
- 16.00 uur 5e Challenge van bekende schaatser versus bekende fietser
- 16.30 uur Afsluiting van de dag en uitreiking van de prijzen

De opbrengsten van deze dag gaan voor 100 % naar de stichting van het schaatsopleidingscentrum van Zuid Holland. Voor meer info zie www.gezondnaardetop.nl en www.HFM-westland.nl



Broodje 'Gezond naar de top'



Demo's schaatsen



Vertical Bike Event



Flashmob

