

# Vitaleer Spelen

## 2022

### **De ronde van Dokkum | 28 augustus | 13:00 – 15:00**

De mooiste zwemtocht die Dokkum heeft te bieden! Je gaat om en door de bolwerken zwemmen waarbij je de stad vanuit een heel ander perspectief ziet! Je hebt keus uit 2 | 3,2 | 6,4 Kilometer.

### **Team Battle Dokkum | 24 september | 14:00 – 18:00**

Ga met jouw collega's of teamgenoten een uitdagend toernooi aan met meerdere fysieke, mentale en verrassende activiteiten op de dag van de vitaliteit!

### **VIT&Outdoor Challenge | 9 oktober | 11:00 – 13:00**

Je gaat 2 uren lang een sportieve uitdaging aan buiten jouw comfortzone! Je wordt continu uitgedaagd met vele obstakels, hindernissen en oefeningen.

**Enkele weken voor het evenement kun je je aanmelden in de Vitaleer app. Iedereen is welkom om te vitaleren, dus neem gerust iemand mee!**

# Vitaleren

*Kwestie van doen!*