

elke
stap
telt



9999

10.000

9997

9998

9995

9996

9993

9994

9991

9992

zet 10.000 stappen
per dag voor een
betere gezondheid

10000stappen.be



V.U.: prof. Ilse De Bourdeaudhuij en prof. Greet Cardon, 10.000 stappenproject, Universiteit Gent,
onderzoeksgroep Fysieke Activiteit, Fitheid en Gezondheid, Watersportlaan 2, 9000 Gent
foto: Marc Demoor | vormgeving: www.cayman.be