

# Festival BSOLANDS week 3: Zen Lounge

de Stoere Stapjes

29 juli t/m 03 augustus

**bsolands**  
OOG IN AL



Treed binnen in de Zen Lounge; even helemaal niets, waar we gaan genieten van ieders favoriets... Van een kleurrijke colour run tot het lopen op een blotevoetenpad en van filosofisch ganzenbord tot chillen in je eigen hangmat.

De Zen Lounge is de plek waar we helemaal tot rust kunnen komen, op kunnen laden en overdag mogen dromen. Geniet hier van de relaxte sfeer; de rest dat komt wel weer een keer...

Namasté

## Maandag



### Natuuryoga

Hebben jullie al eens meegedaan met yoga? Dit is je kans! We gaan de natuur in en komen helemaal tot rust. Doen jullie mee?



### Fidget spinner

De fidget spinners ken je vast wel. Het zou rustgevend werken en werken tegen stress? Geen idee of dat bij jou ook zo werkt, maar het bouwen van een spinner met LEGO is in ieder geval wel een hele leuke activiteit!



## Dinsdag



### Blotevoetenpad

Een blotevoetenpad is een wandelroute, die je loopt op je blote voeten. Je loopt over allerlei verschillende ondergronden, zodat je met je blote voeten kunt ervaren hoe zand, water en stenen onder je voeten voelen. Doe je mee?



### Tekenen op muziek

Onze handen dansen op muziek! Wat hoor je? En wat kun je allemaal tekenen op dit ritme? Gaat het ritme snel of langzaam? Dat gaan we vandaag oefenen.



## Woensdag



### Bellenblaas spektakel

Bellenblaas; wie kent het niet? Maar wist je ook dat je er héél veel verschillende dingen mee kunt doen? Ontdek het in onze Zen Lounge.



### Mandala tekenen

Het woord Mandala betekent 'magische cirkel'. Het maken van een mandala brengt rust, harmonie en evenwicht. Ervaar het zelf maar! Hier word je zen van.



sport & spel



muziek & drama



techniek & proefjes



koken



creatief



uitjes & speciale  
activiteiten



natuur

# Festival BSOLANDS week 3: Zen Lounge

de Stoere Stapjes

29 juli t/m 03 augustus

**bso**  
OOG IN AL



## Donderdag



### Het grote voelspel

Voel en raad in dit voelspel! Dit is een spel waarbij je zintuigen geprikkeld zullen worden. Wat voel je allemaal?



### Natuurlijke oliën maken

We gaan aan de slag om zelf de heerlijkste oliën maken. Er zijn namelijk verschillende manieren om dit op een natuurlijke manier te doen.



## Vrijdag



### Mini 'Zen' tuin

Wil jij ook heerlijk 'zen' worden? En houd je van de natuur? Dan is deze activiteit echt iets voor jou! We maken een mini tuintje!



### Boomknuffelen

Leer alles over boomknuffelen en raad welke boom jij hebt geknuffeld. Omarm de natuur!



sport & spel



muziek & drama



techniek & proefjes



koken



creatief



uitjes & speciale  
activiteiten



natuur