

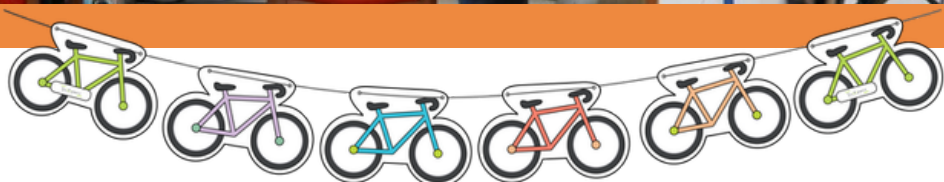


Routeboekje Tour SilverFit Mile – Italië

Het thema van deze Tour SilverFit Mile routeboekje is 'Een vakantie in Italië'. We hebben veel mooie routes uit Italië verzameld, die we tijdens deze twee weken gezamenlijk gaan fietsen!



SilverFit.nl/evenementen/tour-silverfit-mile



Tour SilverFit Mile - thema Italië

Voor sommigen van jullie is deelname al een jaarlijkse traditie, terwijl anderen voor het eerst meedoen.

We zijn verheugd dat zoveel zorgverleners energie steken in de deelname aan deze sportieve wedstrijd. We hopen dat dit evenement jou, je collega's en natuurlijk de cliënten veel plezier en enthousiasme brengt.

In dit boekje vind je een etappe-aanbeveling voor elke dag van de Tour SilverFit Mile, samen met interessante feitjes over elke locatie voor nog meer plezier! Op de laatste pagina vind je een tabel om de dagelijkse resultaten vast te leggen. De resultaten kun je wekelijks met de deelnemers delen. Wie staat er aan kop?

Klanten met een serviceovereenkomst kunnen alle routes mee fietsen van de Tour SilverFit Mile. Staan de routes er niet op? Neem dan contact met ons op: info@silverfit.nl

De locaties die geen serviceovereenkomst hebben, kunnen andere routes gaan fietsen tijdens deze twee weken. Of gebruik maken van de Google Street View functionaliteit, om zo ook routes in Italië te kunnen fietsen.

Bij verdere vragen neem gerust contact met ons op via: evenementen@silverfit.nl

We wensen je veel plezier tijdens de Tour SilverFit Mile en wij kijken uit naar het alle verhalen!

We vinden het leuk om jullie voortgang te volgen!

Tijdens het evenement kun je foto's en korte video's van cliënten en personeel delen op je Facebook en LinkedIn accounts. Tag ons door **@SilverFit** in de tekst te melden en gebruik de hashtags: **#TourSilverFitMile #SilverFit #SilverFitMile**

Heeft jouw instelling geen social media? Je kunt ook foto's en video's naar evenementen@silverfit.nl sturen, wij kunnen deze ook publiceren op de socialmediakanalen van SilverFit.

Door foto's en video's te delen laat je zien hoe leuk het is om op jullie locatie te wonen en hoe gezellig het kan zijn om samen te bewegen!

Het SilverFit team wenst jullie veel plezier. Ga ervoor!



Tour SilverFit Mile Route



Tour SilverFit Mile Route

Hieronder vind je de aanbevolen routes voor elke dag van de Tour SilverFit Mile. Klik in het menu op 'filmroutes' en zoek naar de titel in **vetgedrukte letters**. Voor de fanatieke fietsers die meer dan één route per dag willen afleggen, kunnen er ook routes via Google Street View worden gemaakt. Zo kun je naar verschillende locaties fietsen.

Dag 1

Eindelijk is het zover, de Tour SilverFit Mile begint! Samen met het **Peleton** zal er gefietst worden naar Italië, waar we de rest van de Tour SilverFit Mile zullen gaan fietsen. De route **Peleton Tour movie** is opgenomen in het mooie Woerden in de zomer.

Dag 2

Vandaag gaan we langs het **Comomeer**. Door het historische centrum van Como, met de winkelstraten en pleinen, maken we een rondje rond de Kathedraal van Santa Maria Assunta. We gaan ook langs het Voltaino Tempel en vervolgens naar het meer. Met prachtige uitzichten op het water en op de vele villa's ontdekken we de buitenomgeving van Como.

Dag 3

Volgende stop is bij het mooie **Milaan**. Milaan, de tweede grootste stad van Italië (na Rome) en de hoofdstad van de regio Lombardije. De agglomeratie Milaan heeft maar liefst vier miljoen inwoners. Milaan is, samen met Rome, Florence, Venetië en Napels, een van de meest geliefde stedentrips in Italië.

Dag 4

Op naar **Verona**! Verona speelde een cruciale rol in de Romeinse periode en na Rome is dit de stad met de grootste hoeveelheid Romeinse gebouwen. Tegenwoordig is het meer bekend als de stad van de liefde, omdat Verona de setting is voor Romeo en Julia, het liefdesverhaal van William Shakespeare.

Tip: Bekijk ook onze leuke quizzen met nog meer informatie en leuke feitjes over de verschillende plekken die we deze twee weken gaan bezoeken!





Dag 5

Venetië is een van de meest bezochte steden van Italië, beroemd om haar rijke geschiedenis en unieke ligging op eilanden in een lagune. Vervoer is er enkel per water, met kanalen en gondels als belangrijke attracties. De stad wordt echter regelmatig getroffen door overstromingen. Bij overstromingen worden straten vaak alleen bereikbaar via tijdelijke loopbruggen.

Dag 6

We verlaten het noorden van Italië en dalen af naar het prachtige **Toscane**. Toscane is een uitgestrekt openluchtmuseum, met prachtig gelegen middeleeuwse dorpjes, een grote verscheidenheid aan kunstwerken en heuvels vol groene cipressen, olijfbomen, wijnranken en zonnebloemen.

Dag 7

Als laatste stop van deze eerste week gaan we naar het betoverende **Siena**. De oude stad met het beroemde ronde plein. Met ongeveer 54.000 inwoners en zijn historische centrum, dat in 1995 op de UNESCO werelderfgoedlijst is opgenomen. Dit is een bestemming die zeker niet moet ontbreken in onze reis door Italië.

Dag 8

De nieuwe week starten we met het mooie **Rome**. Rome is een stad die rijk is aan musea, pleinen, Romeinse gebouwen en andere attracties. Met attracties zoals het Colosseum, het Pantheon en de meest bekende fontein in het centrum van Rome, en wellicht ter wereld, is de 'Fontana di Trevi' een van de hoogtepunten.

**Vergeet niet de resultaten van de eerste week op te tellen en te delen met de deelnemers! Wie staat er aan kop?
Wie gaat de Tour SilverFit Mile winnen?**



Dag 9

Vaticaanstad is de tweede stop van de tweede week. Deze bijzondere stad bevindt zich in het centrum van Rome. Het is tevens de kleinste staat ter wereld en wordt geleid door de paus. Het is ook de thuis van de Sint-Pietersbasiliek, een prachtige kerk en een belangrijk symbool voor het Rooms-Katholieke geloof. Natuurlijk fietsen we hier ook langs tijdens deze prachtige historische route.

Dag 10

De Amalfikust is beroemd om zijn pittoreske dorpen en kustwegen, met historische dorpjes die tegen steile rotswanden liggen. We passeren het dorpje **Amalfi**, dat als geheel dorp op de Werelderfgoedlijst staat. Het dorp heeft een vlakke hoofdstraat met kleine straatjes en trappen. De Duomo di Amalfi is het hoogtepunt van ons bezoek.

Dag 11

De volgende stop is **Matera**. Matera staat bekend om de Sassi, grothuizen die sinds de achttiende eeuw als schuilplaatsen voor kloosterlingen dienden. De stad bestaat uit een doolhof van witte woningen, smalle steegjes en rotskerken, met een prachtig uitzicht vanuit het historische centrum bovenaan. Matera is om deze reden zeker een bezoek waard tijdens de laatste etappen van onze tour.

Dag 12

De laatste dag van deze geweldige twee weken is alweer aangebroken. We sluiten af in het mooie **Alberobello**. Het Valle d'Itria gebied staat bekend om de vele, betoverende trulli die daar te vinden zijn, witte huisjes met een kegelvormig dak. Alberobello, de 'hoofdstad' van de trulli, is een oud centrum met kronkelige straatjes waar meer dan duizend traditionele ronde witte huisjes te vinden zijn. Laten we genieten van deze laatste route van de Tour SilverFit Mile, veel plezier!



**Vergeet niet de resultaten op te tellen.
Wie heeft de meeste minuten gefietst?
En welke bewoner was de oudste?
Maak je klaar voor een feestelijke
prijsuitreiking!**

FINISH



Extra!

Naast de 12 prachtige routes die gefietst kunnen worden tijdens deze week, zit er ook een nieuw foto album op de SilverFit Mile. Het album is te vinden onder SilverFit albums met de naam **Italië**. Je kan Raad het Plaatje spelen of de foto's als diavoorstelling bekijken. Hieronder staan alle afbeeldingen weergegeven met een korte beschrijving.



Amalfi kust



Toscaanse bomen



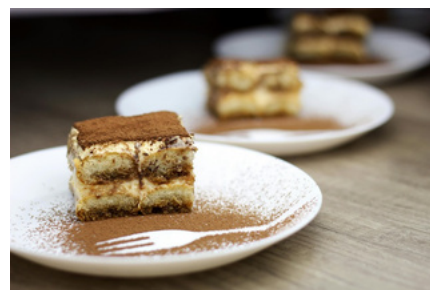
Alberobello, Puglia



Sint Pietersplein



Romeo en Julia balkon



Tiramisu



Venetiaanse maskers



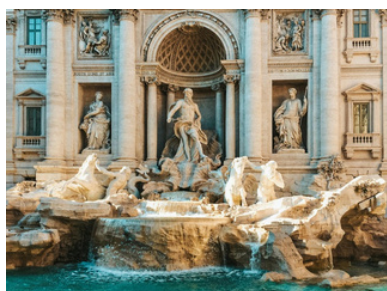
Sint Pietersbasaliek
binnenkant



Toscaanse bomen



Prosciutto



Trevi Fontein



Ponte Vecchio Florence



Teatro alla Scala, Milaan



Piazza del Campo, Siena



Comomeer



Caprese salade



Pizza in Napels



Pizza oven



Kathedraal van Milaan



Kathedraal van Palermo



Pasta



Toren van Pisa



Lamborghini



Sint Pietersbasiliek



Ijs



Forum Romanum



Galleria Vittorio
Emanuele, Milaan



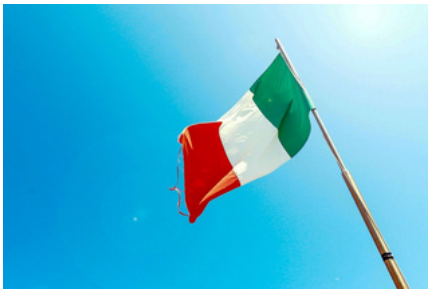
Kathedraal van Florence



Fiat 500



Plafond van de Sixtijnse
Kapel, Vaticaanstad



Italiaanse vlag



Espresso



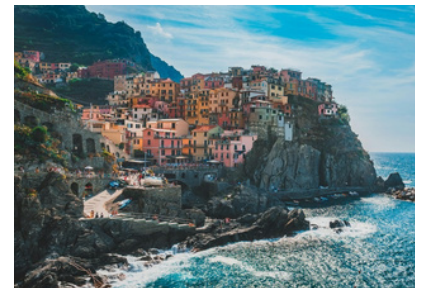
Standbeeld van David,
Florence



Dolomieten



Coloseum



Cinque Terre



Chianti



Kasteel in San Marino,
Guaita



Cannoli



Gondel op een kanaal
in Venetië



Cappuccino



Archeologisch Park van
Pompeii



Basilica de Santa Maria
De Salute, Venice



Vespa



Monument Victor
Emmanuel II, Rome



Naples + Vesuvius

Deelnamekaart Tour SilverFit Mile

Naam: _____

Leeftijd: _____

Dag	Aantal gefietste minuten
1	
2	
3	
4	
5	
6*	
Totaal	

*Zondag rustdag

Dag	Aantal gefietste minuten
7	
8	
9	
10	
11	
12*	
Totaal	

Resultaten tabel per week

[illegible]

	Week 1	Week 2	Totaal
Totaal gefietste minuten			
Totaal aantal deelnemers			

In bovenstaande formulier kun je globaal bijhouden hoeveel minuten er in totaal zijn gefietst en hoeveel bewoners er meegedaan hebben.

Deze informatie kan leuk zijn om niet alleen intern te delen maar bijvoorbeeld ook op jullie social media kanalen.

Wie weet kunnen jullie er volgend jaar een wedstrijd ervan maken om de resultaten van dit jaar te overtreffen!

Tijdens het evenement kun je foto's en korte video's van cliënten en personeel delen op je Facebook, LinkedIn of Instagram accounts met de hashtags:

#TourSilverFitMile #SilverFit #SilverFitMile

We vinden het leuk als je SilverFit vermeldt met: **@SilverFit**

