



Spreekopdracht Fietsen

U heeft zin om een fietstocht te maken. U belt een vriendin om te vragen of ze meegaat. De vriendin heeft geen zin. Probeer haar te overtuigen. Gebruik minstens twee argumenten. Kijk naar het kader.

wist je dat fietsen goed is voor...

- **het hart en de bloedvaten.** Fietsen verbetert de bloedsomloop, verlaagt de bloeddruk en versterkt het hart.
- **de longen.** Door regelmatig te fietsen vergroot je je longcapaciteit.
- **de spieren en gewrichten.** Op de fiets train je je beenspieren, terwijl je je knie- en enkelgewrichten spaart.

U hoort eerst uw vriendin:

