**De korte termijneffecten van Lekker Fit! op de gewichtsontwikkeling van kinderen**
Deze studie had als doel de korte termijneffecten van Lekker Fit! te onderzoeken op gewichtstoestand, BMI, middelomtrek en fitheid (20m-shuttle run test). Het onderzoek vond plaats gedurende één schooljaar (2006-2007) op 20 Rotterdamse basisscholen (10 interventiescholen en 10 controlescholen). In totaal deden 2.622 kinderen van 6–12 jaar (groepen 3–8) mee aan het onderzoek.
Er werden significante positieve effecten van Lekker Fit! gevonden op het percentage overgewicht, middelomtrek en prestatie op de 20m-shuttle run test bij leerlingen van groep 3–5 (6–9 jaar oud). Er werden geen significante effecten gevonden voor BMI of voor groep 6–8 (9–12 jaar oud).

Het volledige Engelstalige artikel is hier te vinden.