

00:00:01	Close-up wegdek en takje.
00:00:05	Titel: 'we willen allemaal bewegen'. Peuter loopt door een woonkamer.
00:00:12	Titel: 'ieder op zijn manier en tempo'. Vrouw rijdt met bakfiets en twee kinderen in de bak.
00:00:18	Jongeren op het strand.
00:00:21	Man op rijdt rond op motor, man loopt door bos, skater doet een sprong.
00:00:32	Kussen koppel op het perron station Luik-Guillemins.
00:00:36	Reizigers op de rolbanden van station Luik-Guillemins.
00:00:40	Man in rolstoel wordt de trein binnengereden.
00:00:42	Man in een bus.
00:00:44	Vrouw in een rijtuig leunt tegen het raam.
00:00:46	Titel: 'met een beter evenwicht'. Trein rijdt door landelijk landschap.
00:00:48	Titel: 'tussen leven, wonen en werken'. Thalys rijdt voorbij. Mannen met computers in het rijtuig. Mensen in een drukke winkelstraat.
00:00:53	Titel: 'door en voor mensen'. Een vrouw met paraplu verlaat een apotheek.
00:00:57	Mannen springen van een springplank in een openlucht zwembad.
00:01:00	Een auto rijdt een stationsparking binnen en parkeert aan een laadpaal.
00:01:03	Titel: 'samen zijn we sterker'. Computerschermen in een seinhuis.
00:01:06	Luchtbeelden van een goederentrein.
00:01:08	Vogels vliegen boven zee, een snowboarder daalt een berg af, een fietser rijdt op een fietsbrug, een man sprint op een trampoline.
00:01:22	Reizigers in een I 11-rijtuig.
00:01:24	Reizigers stappen in een metro.
00:01:26	Een auto stopt aan een zebrapad, een familie steekt over.
00:01:30	Een vrouw rijdt op en blue-bike.
00:01:33	Surfer in de golven.
00:01:35	Koffie in het station.
00:01:40	Taxi rijdt door de nacht. Vrouw in een rijtuig leunt tegen het raam.
00:01:45	Titel: 'samen bewegen in alle vrijheid'. De zon gaat onder, een trein rijdt het station uit.
00:01:53	Titel: 'logo B Holding'
00:01:57	Einde.