



10 KMD. 10.10.
- EN SJØV OG GRATIS TUR FOR ALLE
!



KOM TIL CYKELFEST I SILKEBORG

Kom og vær med, når **Cyklistforbundets lokalafdeling i Silkeborg** og **IF Silkesind** på Verdens Mentale Sundhedsdag den 10. oktober 2016 arrangerer en 10 km lang cykeltur i Silkeborg. Målet er at få en sjov dag og opleve Silkeborg fra byens bedste side. Der er ved hjemkomst en bolle med pålæg til alle tilmeldte deltagere doneret af **SIND. Cyklebørsen Silkeborg, Hostrupsgade 20**, deltager også, så der er professionel hjælp ved hånden i tilfælde af punkteringer m.v. Turen er for alle, og det er obligatorisk at bruge cykelhjelm. Deltagelse i turen sker på eget ansvar.

STED:

Vi cykler fra Parkeringspladsen foran Psykiatriens Hus, Falkevej 5, 8600 Silkeborg.
Vi cykler ad naturstien mod Gjærn til Golfbanen i Resenbro og retur.

TID:

Vi mødes kl. 15.30 og cykler afsted kl. 15.40.
Frontgruppen er retur kl. 16.25.

TILMELDING

Tilmeld dig på Cyklistforbundets hjemmeside:
www.cyklistforbundet.dk/10-10-10

TILMELDINGSFRIST:

Den 2. oktober 2016

PRIS:

Det er GRATIS at deltage!

KONTAKT:

Hvis du har spørgsmål til turen er du meget velkommen til at kontakte
Jan : jandavid.fruerlund@silkeborg.dk tlf: 24988616
Morten: mortenbach.larsen@silkeborg.dk tlf: 29119604



Det Sociale Netværk

**PSYKIATRI
FONDEN** 
ET GODT LIV
TIL FLERE