

BEVÆG
DIG FOR
LIVET

GRATIS
NØGLERING
MED
LOMMELYGTE
TIL ALLE
DELTAGERE!

KOM MED UD OG GÅ
HVER ONSDAG FRA JANUAR TIL APRIL

WINTERWALKING I SILKEBORG

DE MØRKE VINTERMÅNEDER ER NOGLE AF
DE HÅRDESTE PÅ ÅRET, BÅDE FOR FORM
OG HUMØR. MEN NU ER CHANCEN HER FOR
AT KOMME UD OG GÅ, SNAKKE OG GRINE I
SILKEBORG MED IF SILKESIND OG BEVÆG
DIG FOR LIVET - PARASPORT OG IDRÆT FOR
SINDET.

VIND JAKKE OG STØVLER

Der er også en gulerod, hvis du går med
mindst 42,195 km (et maraton) i løbet af
vinteren (8. januar til 8. april) - så deltager du i
lodtrækningen om et par lækre vandrestøvler
og jakker. I Silkeborg arrangeres faste gåture
hver uge og det er gratis at deltage. Turene
sker på eget ansvar.

VI MØDES:

Foran Mødestedet, Estrupsgade 4, 8600
Silkeborg.

TIDSPUNKT:

Første gang er d. 8. januar og sidste gang er
d. 8. april.

Vi går kl. 14.00 hver onsdag i rask trav.

DET SKAL DU HAVE MED:

Tøj, så du kan holde varmen, og sko som kan
klare vejret.

TILMELDING

Der er ikke behov for at tilmelde dig, du
møder bare op.

GLÆD DIG TIL AT:

- Deltag i konkurrencen om støvler og jakker!
- Smil dig gennem vinteren med andre winterwalkere :-)

DU KAN ALTID KONTAKTE:

Turledere:

Annette, 3029 8125

Jonna, 2057 4950

Line, 2074 9191