



doortrappen
veiliger fietsen tot je 100^{ste}

Groepsfietstocht

Doortrappen helpt je om gezellig, fit en veilig te kunnen blijven fietsen. Fietsen is fijn! Je blijft langer gezond en zelfstandig. En je houdt contact met andere mensen.

Op woensdag 18 september 2024 van 13:00u tot 16:30u organiseert beweegteam het Hogeland een gezellige Doortrappen middag in Uithuizen.

Locatie: Sporthal de Mencke, Sportlaan 4, Uithuizen.

Voor wie: senioren (65 +ers)

Het programma ziet er als volgt uit:

13:00 uur ontvangst met koffie en thee.

13:30 uur Groepsfietstocht. Afstand is 20 a 25 km.

16:30 uur Einde

Deelname is gratis en op eigen risico. Neem je (elektrische) fiets mee. Het tempo is 15 a 18 km per uur.

Aanmelden of meer informatie?

Maarten Westerhuis beweegcoach van de gemeente Het Hogeland

m.westerhuis@hvdsg.nl

06 – 41253214

Kijk voor meer informatie op www.hogelandbeweegt.nl/doortrappen



Huis voor de Sport
Groningen



jongerenwerk
Barkema & De Haan