

Fælles gåture er en fantastisk måde at dele oplevelser, få frisk luft og bevæge sig, skabe nye venskaber.

I gå med-gruppen får du:

- Gåture som passer til dig
 - Oplevelser på gåturen er i centrum.
 - En uddannet gå-vært i front
 - Et fællesskab med plads til alle
-
- Gå med og find ud af om det er noget for dig.
 - Det er gratis at gå med.
 - Der er også plads til dig med stok, rollator

Hjerteforeningen vil så gerne, at alle kommer ud at gå.



Send en mail til
Assens@hjerteforening.dk
Hvis du vil være Frivillig Gå Med ven! eller Gå vært.

Vil du vide mere se på
<http://lokal.hjerteforeningen.dk/assens>

Har du spørgsmål Kontakt
Gå MED ven !
Gå vært Hanne Andersen
Mob. 29617449
Hjertemoton.assens@gmail.com

Hjertestierne er markeret



Læs mere om GÅ MED på
Hjerteforeningen.dk/gamed



GÅ MED 
I et Tempo hvor alle kan
være med.

Forår 2024



 **GÅ MED**

 **HJERTE
FORENINGEN**
Hvert slag tæller

Hjerteforeningen Assens
inviterer, med på en ugentlig *gåtur*
i passende tempo med en pause
undervejs.

Forårets "skildpaddeture" varierer
fra ca. 2,½-3 km.
Varighed ca 1 time.

Tag gerne en ven med.
Hunden i snor.

Forårets ture er for det meste på
hjertestien i Assens.
Kom og oplev naturen tæt på med
dufte og fuglepip i Assens



Vi følger stadig
sundhedsstyrelsens råd:
Sprit hænder, Hold afstand
Nys eller host i ærmet
Pas på hinanden

Sommertur evt. Baagø

Program for "Skildpaddeture"
Alle ture starter kl.14.00

Onsdag

20. marts
Brunebjergstien & Karens æblehave
Mødested p.plads ved Hundeskoven
Drej ned fra Fåborgvej

Onsdag 27.marts Mødes -gå selv

Onsdag

3.april Brunebjergstien
Mødested Arena Assens
Rådhus Alle 25
5610 Assens

Onsdag

10.april Brunebjergstien
Mødested Arena Assens
Rådhus Alle 25
5610 Assens

Onsdag

17.april Brunebjergstien
Mødested Arena Assens
Rådhus Alle 25
5610 Assens

Onsdag 24. april Mødes -Gå selv

Onsdag

1.maj Marinaen
Mødested Arena Assens
Rådhus Alle 25
5610 Assens

Onsdag

15.maj Brunebjergstien
Mødested Arena Assens
Rådhus Alle 25
5610 Assens

Onsdag

22.maj Brunebjergstien
Mødested Arena Assens
Rådhus Alle 25
5610 Assens

Onsdag 29.maj Mødes -gå selv

Onsdag

5.juni Brunebjergstien
Mødested Arena Assens
Rådhus Alle 25
5610 Assens

Onsdag12.juni Valgfri tur-
Afslutning God somm

God sommer!

