

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

Vil du være Frivillig Gå ven! eller Gå vært.

Læs mere på.
<http://lokal.hjerteforeningen.dk/assens>

Har du spørgsmål Kontakt

Gå MED ven
Gå vært Hanne Andersen
Mob. 29617449
Hjertemotion.assens@gmail.com

Afløser Gå vært John Fredborg
john@fredborg.org
mob 29113484

Hjertestierne er markeret



Læs mere om GÅ MED på
Hjerteforeningen.dk/gaamed

 GÅ MED

 HJERTE
FORENINGEN
Hvert slag tæller

 **HJERTE**
FORENINGEN
ASSENS

GÅ MED 
I et Tempo hvor alle kan
være med.

Forår 2024



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 / John
24. april Brunebjergstien
Mødested: Arena Assens
Rådhus Alle 25
5610 Assens

Onsdag
1.maj Marinaen
Mødested Arena Assens

Rådhus Alle 25
5610 Assens

Onsdag / John
8.maj Brunebjerg
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 / John
29.maj Brunebjerg
Mødested: Arena Assens
Rådhus Alle 25
5610 Assens

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

Onsdag12.juni Valgfri tur- God sommer.

