

# Tusindben indbyder til motions- vandring i Aabenraa-skovene



**I april, maj og juni 2023 går vi  
hver tirsdag kl. 18.30 til kl. 20.00**

**fra P-pladsen ved Skyttegården, Hjelmallé 44.**

I juli måned sommerpause, og fra 1. august går vi  
hver tirsdag kl. 18.30 i Nørreskoven.

**Det er gratis.** Alle er velkomne. Ingen tilmelding eller  
medlemslister. Man kommer bare og går med i frisk  
luft, smuk natur og hyggelig snak. Gå med! Det  
styrker din sundhed og gør livet lidt rigere.

Vi går i to hold i forskelligt tempo. Basisholdet går 6  
km i moderat tempo, turen er på 6 km. Det hurtigere  
hold går 7 km i friskere tempo. Hvert hold har en  
turleder, som lægger ruten, tempoet og pauserne.  
Nærmere oplysninger hos Troels Olesen, tlf. 2185 2284

Se også vores hjemmeside: [www.tusindben-aabenraa.dk](http://www.tusindben-aabenraa.dk)

