

Tusindben indbyder til motions- vandring i Aabenraa-skovene



**I januar, februar og marts 2024 går vi
hver søndag kl. 10.00 til kl. 11.30
i Årup Skov**

Mødested: Skovens P-plads 500 m syd for
Naturskolen ved Årup Skovvej.

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, 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

