

Tusindben indbyder til motionsvandring i Aabenraa-skovene



I oktober, november og december 2024 går vi hver søndag kl. 10.00 til kl. 11.30 i Nørreskoven

Mødested: P-pladsen oven for Rema 1000 på Høje Kolstrup.

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

