

## Wandelen met je ogen open.

Voor mensen die willen bewegen en van de natuur genieten.  
Alweer enkele weken geleden zijn we begonnen met een wandelclubje.

Zoals iedereen weet is wandelen een hele goede vorm van bewegen ; het is niet blessuregevoelig en goed voor al je spieren en organen.

Wandelen is ook een sport die niet duur is.

Wat je nodig hebt zijn een paar goede wandelschoenen en passende seizoenskleding met parapluie

Intussen beschikken we over 8 verschillende routes .

Lopen we deze vice versa dan beschikken we over 16 verschillende routes.

Lid worden is laagdrempelig ; ben je verhinderd hoeft je niet af te melden.

De bedoeling is met elkaar een vriendenclub te vormen, die plezier hebben in de beweging en het buiten zijn.

We lopen ongeveer 6 km en doen daar ca. een uur tot anderhalf uur over.

We staan stil bij dingen in de natuur die op dat moment de aandacht trekken.

We starten iedere vrijdag om 9.00 bij De Wieken.

Gezellelaan 45, Roosendaal



Na afloop kunnen we hier ook terecht voor een kopje koffie voor de vriendenprijs van € 1.00

Van tevoren opgeven is niet nodig.

Mocht u nadere informatie willen dan kunt u contact opnemen met Harrie en Rina Mannien.

Tel. 0165 -504727 of

mail naar

[hcamannien@ziggo.nl](mailto:hcamannien@ziggo.nl)

Iedereen is van harte welkom