

Kom med på GÅ-TUR i Ikast

- vi går kun korte ture, og du kan sagtens have din rollator med.



Som frivillige Gå-værter i Frivilligcenter Ikast-Brande inviterer vi på en ugentlig gåtur, hvor der er plads til alle og fokus på frisk luft, hygge og fællesskab.

Turen er for både mænd og kvinder, der er ingen krav til hverken distance eller tempo, og en rollator er også meget velkommen.

Hvornår: Hver torsdag kl. 09.00 - ca. 10.00

Hvor: Vi mødes og starter turen op ved Bålstedet, ud for Sønderparken 30 i Ikast.

Varighed: Vi går ca. en time i et tempo, hvor alle kan være med. Der er både tid til korte pauser og til at kigge på "ting" undervejs 😊

Når vi har lyst, lægger vi turen forbi Frivilligcentret, hvor vi hygger os med en kop kaffe.

Hvis du har spørgsmål, så kontakt gerne Gulle på mob. 30 86 13 28 eller skriv til Vibeke, daglig leder i Frivilligcentret på vibeke@frivilligcenterikast-brande.dk

Vi glæder os til at se dig, hvis dette lyder som en aktivitet for dig!

De bedste hilsner

Gulle og Sanne
Frivillige Gå-værter



P.s. Har du lyst til at blive frivillig Gå-vært i et andet lokalområde i Ikast-Brande, så kontakt os i Frivilligcentret på ovennævnte mail. Vi er meget gerne behjælpelig med at starte flere hold.