

Walk&Talk

Natuurwandeling

Wandel mee en volg je eigen pad. Laat je inspireren, steunen en uitdagen door wie je tijdens de natuurwandeling ontmoet.

DELFT
VOOR
ELKAAR!

(015) 760 02 00
administratie@delftvoorelkaar.nl
www.delftvoorelkaar.nl



Zorg goed voor jezelf en wandel met ons mee

Wandelen draagt bij aan een gezonde leefstijl. Het geeft je energie en maakt je weerbaarder. Als je je gezond en fit voelt functioneer je beter. Thuis, op het werk en ook in de zorg voor een naaste.

Iedereen is welkom

Je hoeft niet heel sportief te zijn, wel goed ter been. De groep bepaalt het looptempo. De wandelingen zijn ongeveer 4,5 tot 5,5 km lang en duren zo'n anderhalf uur. Het wordt een mooie natuurlijke route en na afloop of onderweg drinken we gezellig een kopje koffie of thee met elkaar.

Appgroep

Op de hoogte blijven? Meld je dan aan voor de appgroep. Je krijgt een reminder als er weer gewandeld wordt.

Wandel mee!

- 📍 Elke eerste maandag van de maand
- 📍 Vertrek om 13:30 uur vanaf de Korftlaan bij Restaurant De Schaapskooi (gratis parkeren)
- 📍 Aan het wandelen zijn geen kosten verbonden. Versnaperingen zijn voor eigen rekening
- 📍 Draag altijd stevige schoenen, neem water en eventueel een regenjas mee

Meer weten en aanmelden

Neem contact op met Sonja Koelewijn:
administratie@delftvoorelkaar.nl
015 - 760 02 00



'Een wandeling in de natuur levert meer op dan je zoekt'

