



Wilt u wandelen onder begeleiding?

Doe mee met de gratis 20 weken Wandel Challenge. Wandel mee voor de gezelligheid of met een persoonlijk doel. Tijdens de wandeling doen we verschillende oefeningen en geven we tips! Maak onderweg een praatje met onze wandel gasten uit de zorg.

U kunt kiezen uit 1 of 2 wandelmomenten;

- **Elke maandagavond** vanaf 24 april van 19.30 tot 20.30 uur
Startlocatie: Rentmeesterhof 53A (de Blikvanger)
- **Elke woensdagochtend** vanaf 26 april van 10.00 tot 11.00 uur
Startlocatie: de Eendracht NEC (Steinweglaan 5)

Na afloop kunt u napraten onder het genot van een kopje koffie/ thee.

Meer informatie?

Kom naar de **informatieavond** op maandagavond **17 april om 19.30 uur** bij de Rentmeesterhof 53A of neem contact op met Susanne van Rooijen. Zie gegevens onderaan de flyer.

Wandel met ons mee in het Goffertpark!



Meer informatie of aanmelden? Mail naar s.van.rooijen@nijmegen.nl of bel naar 06 - 310 161 92