

# Wandel fit



**A let's move**  
afwisselend • laagdrempelig • enthousiast • technisch



Wil jij lekker **gezond bewegen** in de natuur maar wil je niet uitgeput thuis komen? Doe dan mee aan wandelfit wat per kwartaal wordt aangeboden, onder begeleiding van Alet Lingenaar.

**Wandelfit** is stevig doorwandelen met adem voor het voeren van een gesprekje. Het wandelen met elkaar is **gezellig** en het helpt je opweg naar een **betere conditie**.

**Wanneer:** Zondag 8 oktober  
**Tijd:** 09.30 u starten, +/- 90 min wandelen  
**Kosten:** € 7,50 PP Incl. 2 koppen koffie / thee en een **gezonde snack**  
**Startlocatie:** De Groene Trambrug  
Mr. Ovingstraat 83  
7891 TG Klazienaveen

de groene  
**Trambrug**  
*Thee- en koffieschenkerij*

LEEFTIJD: 16+

## Wil je meedoen?

Geef je **vóór 3 oktober a.s.** op, via onderstaand mailadres, telefoonnummer of via een facebookbericht.

**Opgeven:** Naam, aantal personen, e-mail en telefoon nummer.



**A let's move**  
afwisselend • laagdrempelig • enthousiast • technisch

**Alet Lingenaar**  
Trainer, Coach en Sportdocent

☎ 06 29 00 37 78

✉ info@aletsmove.nl

🌐 www.aletsmove.nl

[HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/ALETSMOVE/](https://www.facebook.com/aletsmove/)