

SAMEN WANDELEN?

IN THOLEN

Dan is de Wandel Challenge iets voor jou! Ga samen wandelen.

De Wandel Challenge is een initiatief vanuit Diabetesvereniging Nederland in samenwerking met de buurtsportcoaches van Jij op Tholen en vrijwilligers.

Waarom meedoen?

- ▶ Leer anderen mensen kennen.
- ▶ Werk op een leuke manier samen aan jouw conditie/ gezondheid.
- ▶ Professionele begeleiding.
- ▶ Voor iedereen toegankelijk om mee te doen!



**Iedere donderdagochtend
vanaf 9 september!**

- Wanneer: Start donderdag 9 september, iedere donderdagochtend (15 weken lang)
- Tijd: 9:45 uur start inloop vanaf 9:15
- Start locatie: Woonzorgcentrum Buitenhof, Zwink 8, 4691 DW Tholen
- Afstanden
 - 2 km
 - 5 km
 - 10 km, zelfstandig te lopen, bij genoeg aanmeldingen in een groep.
- Inschrijven?
 - <https://jijoptholen.nl/wandelgroepen>
 - Mail naar jurgen.nuijten@tholen.nl

**30 deelnemers maximaal
vol = vol**

