



**DEELNAME =
GRATIS
KOMT U OOK?**

**NEEM DAN
UW EIGEN FIETS
MEE!**

VEILIG EN FIT OP DE FIETS

Door te fietsen blijven we langer gezond, sociaal en zelfredzaam. Dat willen we toch allemaal?! Toch is fietsen, naarmate we ouder worden, niet meer voor iedereen vanzelfsprekend. Een onzeker gevoel kan bijvoorbeeld ontstaan bij het kopen van een nieuwe fiets, door de drukte op de weg of door een vervelende ervaring. Het programma Doortrappen wordt aangeboden voor iedereen die graag zo lang mogelijk veilig wil blijven fietsen. U maakt tijdens het programma kennis met verschillende soorten fietsen. Ook gaan we actief aan de slag met een fietsparcours en krijgt u tips bij het op- en afstappen.

Datum

11, 18 & 25 OKTOBER

Tijdstip

13:00 - 14:30

Activiteit

DOORTRAPPEN BERGEN

Locatie

DE VENHORST
(DE FLAMMERT 1047, 5854 NA BERGEN)

Wilt u deelnemen of wilt u meer informatie? Neem dan contact op met

Beweegcoach Martijn Jansen
martijn@negen.nl of 06-41538329