

Brøndby Gåbuddies



Kan du lide at gå ture i naturen?
Find et gåhold der passer til dig og gå med på ugentlige vandreture sammen med andre friske Brøndbyborgere.



Brøndby
Kommune

Brøndby Gåbuddies

Har du lyst til at opleve Brøndby fra helt nye sider og komme helt tæt på naturen? Så kom med på et af vores vandrehold - der er gode bivirkninger:

- Du holder dig i form
- Du fremmer din mentale sundhed og velvære
- Du bliver en del af et fællesskab
- du lærer lokalområdet at kende på en helt ny måde

Vælg mellem kortere og længere ture

Der er forskellige hold med længere og kortere ture i forskelligt tempo og med forskellige mødesteder. Gåturene organiseres af frivillige.

Faste og varierende vandrehold:

- Mandag kl. 10.00. Vi går mellem 5-15 km. I moderat/hurtigt tempo
- Onsdag kl. 10.00. Kortere ture på mellem 3-5 km. Langsamt/moderat tempo
- Torsdag kl. 19.00-20.30. Aftentur på mellem 5-15 km. I moderat/hurtigt tempo. Vi går ofte fra Rådhuset.
- "Pop-up" ture: Ud over de faste ture arrangeres jævnligt ekstra ture af gruppens frivillige og øvrige medlemmer – ofte om søndagen. Du kan altså også selv arrangere en tur for de øvrige medlemmer i gruppen

Sted: Varierer fra tur til tur, men mandag og torsdag går vi ofte fra Voldgaden/Park Allé og torsdag går vi ofte fra Rådhuset.

Få mere information om de daglige ture på sms eller Facebook

Følg med i hvor og hvornår vi går i vores Facebook-gruppe. Du behøver ikke tilmelde dig. Du møder bare op de dage du har lyst til at deltage. Hvis du ikke er på Facebook kan du modtage en sms med nærmere information om kommende ture. Vi vandrer hele året og nyder at opleve årstidernes skiften.



Foto: Turlederne

Vil du vide mere:

Kontakt turlleder Lillian Christensen på tlf.: 5369 8050 eller mail: liller44@gmail.com eller frivillighedskonsulent Camilla Westerback på tlf.: 2310 5880 eller mail cawes@brondby.dk



Brøndby
Kommune