



 **DOORTRAPPEN**

ELKE DINSDAG VANAF 29 APRIL

FIETSGROEP WORKUM FIETS JE MEE?

Voor senioren

Dinsdag | 13 .30 - circa 16.00 uur
It Ikkershûs | Fugelikkers 2 | Workum

**Wekelijks op dinsdagmiddag, het liefst het hele jaar rond (als het weer het toe laat).
Meefietsen is gratis.**



doortraPpen
veiligere fietsen tot je 100+

 Gemeente
Súdwest-Fryslân

TEAM FRL/SUDWESTFRYSLAN



STAP JE OOK GEZELLIG OP DE PEDALEN?

Voor senioren

Fietsen is gezond en ook gezellig als je het samen doet. Houd je ervan om samen met anderen te fietsen? Dan is een fietsgroep misschien wel iets voor jou.

Met de fietsgroep fiets je wekelijks een mooie fietsroute van ongeveer 20-25 km. Onderweg is er regelmatig aandacht voor veilig fietsen: fietscheck, veilig op- en afstappen en nog veel meer. Na de fietstocht drinken we gezellig nog een bakje koffie/thee.

De fietsgroep wordt gevormd samen met de buurtsportcoach. De fietsgroep wordt een aantal weken begeleid door de buurtsportcoach en daarna neemt iemand uit de groep de taak van wegkapitein over. Hoe dit verloopt, gaat in overleg met de buurtsportcoach. De fietsgroep blijft vervolgens zelfstandig voortbestaan met ondersteuning van de buurtsportcoach.

Mee fietsen?

Aanmelden voor fietsgroep Workum kan door:

- Een mail te sturen naar sudwestfryslan@team.frl
- Graag onder vermelding van 'Fietsgroep Workum, naam, leeftijd, mail en telefoonnummer.
- Te bellen met buurtsportcoach Dorien van Steen, 06 - 23 93 06 38.

Meer info over Doortrappen: www.frieslandbeweeft.frl/doortrappen

Scan de QR-code op de voorkant voor meer info over de activiteiten van Doortrappen in Súdwest-Fryslân.



Dorien van Steen

dorien@sportfryslan.nl

06 - 23 93 06 38

**Vragen?
Neem contact op!**

