

Vitaal Vechtdal Challenge 2023

Wandel mee in Hardenberg,
Ommen, Avereest of Dalfsen



- Wandelininitiatief van 20+ weken, iedere week een wandeling met elkaar.
- Voor mensen met een chronische aandoening.
- Onder begeleiding en motivatie van een wandelcoach en een zorg- of welzijnsprofessional.
- Laagdrempelig om mee te doen.
- Doel: conditieopbouw en zelfstandig wandelingen kunnen maken gedurende het hele jaar.
- Startdata 2023: in Dalfsen en Avereest op dinsdag 4 april en in Hardenberg en Ommen op donderdag 6 april.
- Deelname is gratis.



Informatie en aanmelden: www.vitaalvechtdal.nl/challenge

Alle informatie kun je vinden op onze website. Hier kun jij je ook aanmelden. Heb jij toch nog vragen of lukt aanmelden niet? Mail dan je naam en telefoonnummer naar info@vitaalvechtdal.nl of neem zelf telefonisch contact op via 06 - 192 26 201.



Vitaal Vechtdal Challenge 2023 Wandel je ook mee?



gezondheid geven • Je leven meer gezondheid geven • Je leven meer gezond