Motion, frisk luft og gode snakke, medens det ene skridt tager det andet. Det er kernen i Fodslaw Vejle.

Der er vandreture 2 gange om ugen det meste af året.

FORMIDDAGSTURENE

En på 4-5 og en på 6-7 km (ca. 1,5 time) med udgangspunkt et centralt sted i Vejle. Det giver mulighed for at se den bynære natur. En gang om måneden starter vi et andet sted i kanterne af byen. Det gælder i sommerperioden og bekendtgøres på hjemmesiden, i Det Sker i avisen samt på motionsturen ugen før og på FB dagen før. En gang om året sluttes turen af med at gå på cafe (dog for egen regning).

UGENS ANDEN TUR

er 8 - 10 km (ca. 2 timer) og starter forskellige steder i Vejle eller i oplandet, hvor medlemmer viser naturen og stierne i deres lokalområde. Disse ture foregår typisk lørdag i vinterhalvåret og mandag aften i et par sommermåneder, og de sluttes af med en kop medbragt kaffe eller the og et stykke kage eller snack. Nogle kalder det ugens bedste kop kaffe ☺.

LANGE VANDRETURE

Det er der mulighed for i hvert fald 1-2 gange om året, hvor foreningen afvikler de såkaldte DKT-ture, dvs. Danmarks Kønneste Traveture. De foregår hhv. i april måned og evt. også i september måned og startstedet varierer år for år. Her er distancerne op til 30 km.

Der er godt 30 lokalforeninger af Fodslaw rundt i landet, så der er rige muligheder for at se landet via længere vandreture rundt omkring i meget naturskønne omgivelser. Disse ture kan også findes i www.vandrekalenderen.dk

ANDRE AKTIVITETER

I løbet af året har vi en del traditioner der kombinerer vandremotion med det sociale. Vi starter året med nytårskur/-tur med champagne og kransekage.

Foråret 'fejres' med en ø-tur, hvor vi besøger en udvalgt ø på en 1-dags tur – ofte i fælles bus. Turen er en madpakketur, der typisk indeholder en kortere vandretur (ofte 2 distancer) og et kig på lokale seværdigheder.

Vi deltager i såvel Lady Walk i maj som Stafet for Livet i august. De to arrangementer støtter forskning i hver sine specifikke sygdomme.

I sensommeren har vi en 'sildetur', hvor vi hygger os med en sildemad efter dagens gåtur på ca. 8 km.

Endelig sluttes året af med den populære julefrokost med gåtur og efterfølgende frokost.

Se kontaktinfo på bagsiden af denne brochure.

Yderligere oplysninger om foreningen, dens arbejde og evt. medlemskab:

Formand Aage Christensen, tlf. 2080 9760

mail formand@fodslawvejle.dk

Hjemmeside: www.fodslawvejle.dk

FB: Fodslaw Vejle

VEJLE

VANDREMOTION

sammen med andre…

i naturen …

året rundt…