



**Kom med på en gåtur,
hvor alle kan være med**

Gåture har en betydelig effekt på din sundhed – og hvert skridt tæller!

Hvorfor blive en del af et gå-fællesskab?

At gå fælles ture er en fantastisk måde at være aktiv på og samtidig kan du dele oplevelser med andre.

I gå-fællesskabet får du:

- Gåtur, som passer dig
- Oplevelser med gåturen i centrum
- En uddannet gå-vært i front
- Et fællesskab med plads til alle

Kontakt mig:



.....



.....

Vi mødes her

.....

Hilsen



.....

Jeg er gå-vært for GÅ MED og Just Walk, hvor vi vil have mange flere danske med ud at gå sammen.

Kom og find ud af, om det er noget for dig.

Det er gratis at gå med mig!

Læs mere på gaamed.dk og justhuman.com/projekt/justwalk

JUST WALK



**GÅ
MED**

TrygFonden