

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.



### **FORMIDDAGSTUREN**

på 5 - 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 året sluttet 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 sluttet af med en kop 'bagagerumskaffe' eller the – og ofte et stykke hjemmebag. Nogle kalder det ugens bedste kop kaffe ☺.

### **LANGE VANDRETURE**

Det er der mulighed for i hvert fald 2 gange om året, hvor foreningen afvikler de såkaldte DKT-ture, dvs. Danmarks Kønneste Traveture. De foregår hhv. i april/maj måned og 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.

### **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 sluttet året af med den populære julefrokost med gåtur og efterfølgende frokost.

Se kontaktinfo på bagsiden af denne brochure.

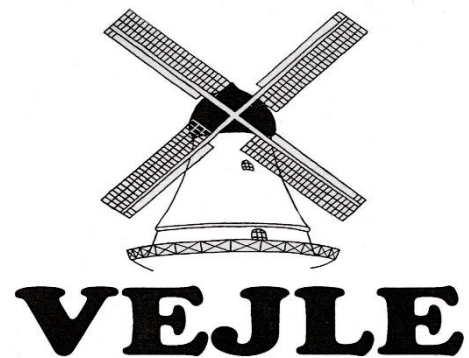
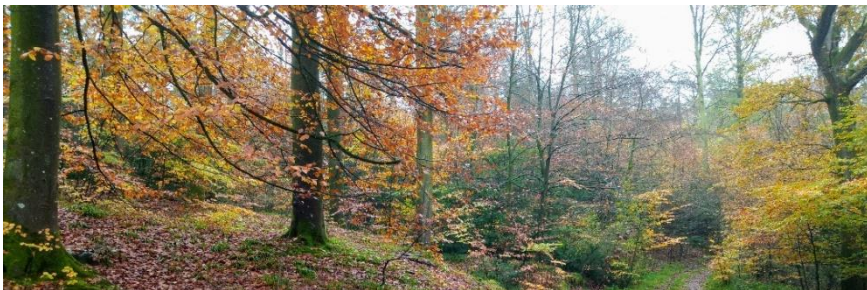
Yderligere oplysninger om foreningen, dens arbejde og evt.  
medlemskab:

Formand Birgit T. Therkildsen, tlf. 2361 0117

mail [formand@fodslawvejle.dk](mailto:formand@fodslawvejle.dk)

Hjemmeside: [www.fodslawvejle.dk](http://www.fodslawvejle.dk)

FB: Fodslaw Vejle



**VANDREMOTION**  
sammen med andre...  
i naturen ...  
året rundt...

