

DAG VAN DE TRAGE WEG



Ter gelegenheid van de Dag van de Trage Weg organiseert Vilvoorde Atletiekclub op **zondag 18 oktober**

een **begeleide familiewandeling** via de holle wegen van het domein Drie Fonteinen naar het gebied van Tangebeekbos en terug (\pm 8km).

Vertrek aan de atletiekpiste om 10u, terugkeer rond 12u.

Tempo wandelen: ong. 4km/u – het parcours is buggyvriendelijk

Gelijktijdig wordt een **begeleide natuurloop** georganiseerd over hetzelfde traject.

Vertrek aan de atletiekpiste om 10u, terugkeer rond 11u. Mogelijkheid tot douchen.

Tempo joggen: ong. 8 km/u



Na de wandeling / natuurloop kan je in de VAC-kantine nog nagenieten bij een zondags aperitiefje of een warme drank.

Om organisatorische reden vragen we je vooraf aan te melden bij Yvette De Schutter, yvette.de.schutter@telenet.be .

Ter plaatse aanmelden is ook nog mogelijk.

Samen genieten van de herfst !