



# Wandelen ± 4 km 2024

Tweewekelijks op donderdag om 14.00 uur vanaf diverse locaties

“WijZ daagt senioren  
uit om te beginnen  
met wandelen”

**wijz**  
welzijn

Meer informatie: [info@wijz.nu](mailto:info@wijz.nu) / 038 – 8 515 700

## Wist u dat ...

- bewegen letterlijk en figuurlijk energie geeft
- bewegen uw sociale contacten kan vergroten
- er leuke wandelroutes zijn in Zwolle

WijZ organiseert wandelen voor senioren, waarbij lekker bezig zijn voorop staat. Om de twee weken wandelen we een afstand van ongeveer 4 kilometer. We hanteren een groepsmaat van minimaal 5 personen met een maximum van 20 personen.

We starten volgens onderstaand schema telkens op een andere locatie en ontdekken zo samen de mooie plekjes in Zwolle!

## Nieuwsgierig geworden?

*We starten de betreffende donderdagen om 14.00 uur.  
Deelname is gratis!*

*Wanneer u vaste deelnemers bent, zou u zich dan op de dag zelf  
via de appgroep willen aanmelden voor 12.30 uur*

## Wandeldata 2024

Do. 11 januari	Sportpark Jo van Marle
Do. 25 januari	WC Het Anker
Do. 08 februari	Strandhuis Milligers
Do. 22 februari	Cultuurhuis Stadshagen
Do. 07 maart	WC Holtenbroek
Do. 21 maart	WC De Bolder
Do. 04 april	De Terp
Do. 18 april	Theehuis Agnietenberg
Do. 02 mei	VV Berkum
Do. 16 mei	Brasserie Stolte.92
Do. 30 mei	Revalidatiecentrum Vogellanden
Do. 13 juni	WC De Pol
Do. 27 juni	Sportpark Jo van Marle
Do. 11 juli	WC Het Anker

Zomerstop tot 8 augustus 2024

**wijz**  
welzijn