

# Walk and Talk

Kom og vær' med på vores gåture, inspireret af DGI's "Bevæg dig for livet". Vores ønske er at skabe trivsel med gåture og gøre motion tilgængelig for alle.

På gåturene kommer vi i snak, får frisk luft, motion og bliver en del af et inspirerende fællesskab. Vi snakker, griner og hygger os.

Vores Gå-Værter står klar til at tage imod dig og de vil guide dig gennem en gåtur, som bliver tilrettelagt, så alle kan deltage. Alle er velkommen, du skal bare møde op.

Du kan finde yderligere oplysninger på vores Facebookside: Walk and Talk

**Tid:**

Hver torsdag kl. 10.00

**Adresse:**

Springvandspladsen i Hjørring