

Vi vill att du är medlem

Du kan pröva på att gå med 1–2 gånger för att se om aktiviteten passar dig men sedan vill vi att du blir medlem.

Om du vill följa med utan att vara medlem kostar det 50 kronor per vandring.

Medlemskap i Friluftsrämjandet

380 kr/år för enskild

550 kr/år för familj

Terminsavgift

Vardagsvandrarerna **50 kr/termin** för omkostnader inom gruppen. Swish 1 234 596 441 eller kontant

Bli medlem

www.friluftsrämjandet.se/engagera-dig/bli-medlem/

Som medlem är du försäkrad vid alla aktiviteter.

Samling vid GM-Plåts parkering.

Måndags- och onsdagsvandrarerna samlas klockan 09.30 vid GM-Plåt. Repslagareg. 6, för samäkning. Passagerare betalar tillsammans 25 kr/mil till den som kör.

Anmälan om deltagande på hemsidan

www.friluftsrämjandet.se/uddevalla

Om du inte kan eller vill registrera dig själv kontakta vandringsledaren eller grenledarna Birgitta W 070-662 43 69 eller Anki S 070-388 74 45.

Utrustning

- Klädsel efter väderlek
- Stövlar eller liknande
- Fika-Frukt-Vatten
- Gärna stavar
- Hundar får medtagas i koppel



FRILUFTS
FRÄMJANDET
UDDEVALLA

Vi finns på Nonnens väg 11
451 50 Uddevalla

Hemsida: www.friluftsrämjandet.se/uddevalla
facebook: uddevallafriluft
Instagram: uddevallafriluft

I samarbete med



Studiefrämjandets kansli finns på
Kungsgatan 37 451 30 Uddevalla
Tel. 0522-330 78

*Bryt upp, bryt upp, den nya dagen gryr
oändligt är vårt stora äventyr*

VARDAGSVANDRARNAS PROGRAM

Våren 2024



FRILUFTS
FRÄMJANDET
UDDEVALLA

Kom med och upplev vacker natur!
Bygg upp din kondition, träffa
likasinnade.



Varm välkomna till Bohusläns museum, hörsalen tisdag den 26 mars klockan 11.00
Presentation av vårens vandringar samt bildvisning från förra årets vandringar.

Måndagsvandringar
3–5 kilometer i lite lugnare tempo

Dat	Vandring	
Tis 2 apr	Fridhem Ann M 072-331 35 15	5 km lätt
8 apr	Stenungsön Annika J 076-948 73 37	5 km lätt
15 apr	Skansen Birgitta N 070-269 06 14	5 km lätt
22 apr	Snikens kulle Ingemar N 070-689 61 65	4 km medel
29 apr	Gäddevattnet Anki P 070-324 17 45	5 km lätt
6 maj	Bodelebäcken Nina S 076-195 78 45	5 km medel
13 maj	Maltes stig Anki S 070-388 74 45	4 km lätt
20 maj	Ramseröd Birgitta N 070-269 06 14	5 km svår
27 maj	Berghogen Lars-Inge E 070-765 28 33	4 km lätt

Onsdagsvandringar
6–10 kilometer i högre tempo

Dat	Vandring	
3 apr	Lysekils strandpromenad Håkan A 076-109 87 01	7 km lätt
10 apr	Vargfjället Nina S 076-195 78 45	7 km medel
17 apr	Slussen Håkan A 076-109 87 015	7 km medel
24 apr	Heestrand Lars W 070-625 47 12	8 km medel
Tor 2 maj	Skalhamn Åsa-Lena S 072-577 62 90	8 km lätt
8 maj	Sju sjöar Anki P 070-324 17 45	8 km svår
15 maj	Näverkärr Anki P 070-324 17 45	6 km medel
22 maj	Östra Utby Ann M 072-331 35 15	9 km medel
29 maj	Kroppefjäll Håkan A 076-109 87 015	7 km lätt

Torsdagsvandringar
2–4 kilometer i lugnt tempo

Dat	Vandring
4 apr – 30 maj	Vandring varje torsdag Anita W 070-283 09 03 GunInger L 076–1714984,

Vi anpassar vandringarna efter gruppens önskemå
- varken rollator eller rullstol är något hinder.

Vi samlas vpå GM- Plåts parkeringkl 12.00 för
samåktning.

Vandrasöndag

Andra söndagen i varje månad cirka 10 km
på Herrestads-fjället.

Vandringsmål och startplats redovisas i
Äventyrshanteraren.
Hans R 070-718 23 25
Cissi H, 070-224 38 75
Lars W 070-625 47 12

*Sann glädje är att du gör det du tycker om och att det
kommer andra till godo.*