

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 Friluftsförbundet

380 kr/år för enskild

550 kr/år för familj

Terminsavgift

Vardagsvandringarna **50 kr/termin** för omkostnader inom gruppen. Swish 123 459 6441 eller kontant.

Bli medlem

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

Som medlem är du försäkrad vid alla aktiviteter

Samling vid GM-plåts parkering

Måndag- och onsdagsvandringar samlas klockan 09.30 vid GM-plåt, Repslagareg. 6, för samåkning. Passagerare betalar tillsammans 25 kr/mil till den som kör.

Anmälan om deltagande på hemsidan

www.friluftsförbundet.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



Vi finns på Nonnens väg 11
451 50 Uddevalla

Hemsida: www.friluftsförbundet.se/uddevalla

Facebook: uddevallafriluft

Instagram: uddevallafriluft

I samarbete med



Studiefrämjandets kansli finns på
Kungsgatan 37 i Uddevalla
Telefon: 0522-330 78

VARDAGSVANDRARNAS PROGRAM

HÖSTEN 2023



FRILUFTS FRÄMJANDET UDDEVALLA

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



Hund får medfölja om den är kopplad!



Onsdagen den 30 augusti klockan 11.00 är du välkommen till Åslån.

Presentation av höstens vandringar och möjlighet att vandra till Hällerstugan. Samåkning från GM-plåts parkering.

Måndagsvandringar			Onsdagsvandringar			Torsdagsvandringar		
3 - 5 km i lugnare temp			6 - 10 km i högre tempo			2 - 4 km i lugnt tempo		
Datum	Vandring		Datum	Vandring		Datum	Vandring	
04 sep	Majoreberg	4 km	6 sep	Heestrand	8 km	7 sep – 26 okt Vandring varje torsdag		
	Birgitta N, 070-269 06 14	lätt		Lars W 070-625 47 12	medel	Anita W 070-283 09 03		
11-sep	Ejgdetjärnet	5 km	13 sep	Svens altare	6 km	GunInger L, 076-171 49 85		
	Birgitta N, 070-269 06 14	lätt		Håkan A 076-109 87 01	svår	Vi anpassar vandringarna efter gruppens önskemål - varken rollator eller rullstol är något hinder.		
18-sep	Brors utsikt	4 km	20 sep	Ryrsjön	8 km	Vi samlas vid GM-plåts parkering kl 12.00 för samåkning.		
	Lena W, 070-391 71 52	medel		Ann M 072-331 35 15	medel			
25 sep	Gäddevattnet	5 km	27 sep	Tullboden	8 km			
	Anki P 070-324-17 45	lätt		Åsa-Lena S, 072-577 62 90	medel			
02-okt	Syd Bjursjön	5 km	4 okt	Herrestadsfjället 7 sjöar	8 km	VANDRASÖNDAG		
	Lena W, 070-391 71 52	medel		Anki P, 070-324 17 45	lätt	Andra söndagen i varje månad max 10 km, oftast på Herrestadsfjället.		
09 okt	Maltes stig	4 km	11 okt	Viksjön	9 km	Vandringsmål och startplats redovisas på hemsidan: www.friluftframjandet/uddevalla		
	Håkan A, 076-109 87 01	lätt		Birgitta N, 070-269 06 14	medel			
16 okt	Ranneberg	4 km	18 okt	Bjursjön	8 km	Anna L, 070-273 03 80; Tomas K, 070-899 09 43;		
	Annika J, 076-948 73 37	medel		Ann M 072-331 35 15	medel	Hans R, 070-23 25; Lena W, 070-391 71 52;		
23 okt	Hogstorp	4 km	25 okt	Sparreviken	8 km	Lars W 070-625 47 12; Nina S, 076-195 78 45;		
	Birgitta W, 070-662 43 69	medel		Nina S, 076-195 78 45	medel	Cissi H, 070-224 38 75; Christel A, 070-385 29 63		
30 okt	Lilla Skarsjön	4 km						
	Annika J, 076-948 73 37	lätt				<i>”Ottalade önskningar är svåra att uppfylla”</i>		