

Vi vill att du är medlem

Du kan gärna 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

395 kr/år för enskild

590 kr/år för familj

Terminsavgift

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

Bli medlem

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

Som medlem är du försäkrad vid alla aktiviteter.

Samling vid GM-Plåts parkering.

Måndags- onsdag och söndagsvandringarna samlas vid GM-Plåt, Repslagaregatan. 6, klockan 09.30 för samäkning och avfärd. 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
- Hundar får medtagas i koppel



FRILUFTS
FRÄMJANDET
UDDEVALLA

Vi finns på Nonnens väg 11
451 50 Uddevalla

Hemsida: www.friluftsförbundet.se/uddevalla
facebook: Friluftsförbundet uddevalla
Instagram: Friluftsförbundetuddevalla

I samarbete med



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

VANDRINGS PROGRAM

Våren 2025



FRILUFTS
FRÄMJANDET
UDDEVALLA

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



Du är välkommen till vår presentation av vårens vandringar samt bildvisning från 2024 års vandringar på Bohusläns museum, Spisrummet, den 19 mars klockan 11.00 – 13.00.

Måndagsvandringar
3–5 kilometer i enklare terräng och lite lugnare tempo

Dat	Vandring	
7 apr	Kåtan Anki P 070-324 17 45	5 km lätt
14 apr	Dalbobergen Lena W, 070-391 71 52	5 km medel
22 apr	Öresjö Birgitta N 070-269 06 14	4 km lätt
28 apr	Hunneberg Håkan A, 076-109 87 01	5 km lätt
5 maj	Lilla Skarsjön Annika J 076-948 73 37	5 km medel
12 maj	Näverkärr Anki P 070-324 17 45	5 km lätt
19 maj	Fridhem Ann M, 072-331 35 15	5 km lätt
26 maj	Heestrand Ann M, 072-331 35 15	5 km lätt

Onsdagsvandringar
5–10 kilometer i mer krävande terräng och högre tempo

Dat	Vandring	
2 apr	Fossum Håkan A, 076-109 87 01	8 km svår
9 apr	Stale Tjärn Anki P 070-324 17 45	7 km lätt
16 apr	Gullmarskogen Åsa-Lena S, 072-577 62 90	7 km medel
23 apr	Kärrestugan Birgitta N 070-269 06 14	7 km svår
29 apr	Södra Fjället Birgitta N 070-269 06 14	7 km medel
7 maj	Anneröd Hogsäm Lars W, 070-625 47 12	8 km medel
14 maj	Dragsmark Gunilla E, 072-333 57 03	8 km medel
24 maj	Ramsvik Kerstin Ö, 076-948 01 44	9 km medel
28 maj	Ugglehult Anki S, 070-388 74 45	9 km medel

Torsdagsvandringar
2–4 kilometer i lugnt tempo

Dat	Vandring
3 apr – 22 maj Vandring varje torsdag Anita W 070-283 09 03 GunInger L 076–1714984,	
Vi anpassar vandringarna efter gruppens önskemål - varken rullator eller rullstol är något hinder.	
Vi samlas på GM-Plåts parkering kl 12.00 för samäkning.	

Vandrasöndag

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

Vandringens mål och startplats redovisas i Äventyrshanteraren.
Hans R 070-718 23 25
Cissi H, 070-224 38 75
Anki Persson, 070-324 17 45

*Du vet väl om att du är värdefull.
Att du är viktig här och nu.
Att du är älskad för din egen skull.
För ingen annan är som du.*