

# Nu kommer der gang i Herning Kommune

Vil du gøre en forskel for venner, naboer og dig selv? Bliv Gå-vært, det er sundt og sjovt.

Du inviteres på en uforpligtende gåtur torsdag den 29. april kl. 17.30-19.00, hvor du kan få mere info om, at blive gå-vært i Herning Kommune.

BEVÆG  
DIG FOR  
LIVET



# Kom med ud at gå

På Herning egnen går vi ture som aldrig før og vi har en fantastisk natur at gøre det i. Er du også begyndt at gå eller savner du nogle at gå med, så har du nu mulighed for at blive gå-vært.

Vi mødes v/ Løvbakke Naturcenter – Løvbakkevej 32, 7400 Herning , torsdag den 29. april kl. 17.30-19.00. Her vil der være en velkomst og efterfølgende tager vi en gåtur på 3-4 km. med pauser og dialog undervejs.

En Gå-vært er en person, der er vært for lokale gåture. Du skal først og fremmest være en god vært. Hvor langt og hvor hurtigt du kan gå betyder mindre. Du bestemmer selv, hvor og hvornår og hvor ofte dine gå-ture skal arrangeres. Vi giver dig viden og værktøjer, så du kan gå i gang og være den gode Gå-vært, der gør en forskel i dit nabolag.

Det vigtigste ved dig er, at du har lyst til og mod på at gøre en forskel for dig selv og andre ved at samle et gå-fællesskab. Derudover skal du være bosat i Herning Kommune.

**Læs mere samt tilmeld dig på: [www.dgi.dk/202106064002](http://www.dgi.dk/202106064002)**

(Tilmelding er nødvendigt)

Vi glæder os meget til at se dig til en uforpligtende gå-tur! Kontakt os endelig, hvis du vil vide mere.

Med venlig hilsen

Projektleder - Bevæg dig for Livet i Herning Kommune: Mette Skærbæk Petersen

Tlf. 22 22 43 72 - [bekmk@herning.dk](mailto:bekmk@herning.dk)

Idrætskonsulent - DGI Midtjylland Løb og Gang: René Vinther Olsen

Tlf. 20 61 85 29 - [rene.vinther.olsen@dgi.dk](mailto:rene.vinther.olsen@dgi.dk)

BEVÆG  
DIG FOR  
LIVET

---

Sammen om et aktivt Danmark

[bevægdigforlivet.dk](http://bevægdigforlivet.dk)

TrykFonden

NORDEA  
FONDEN

DGI

