



Naturoplevelser

Motionstur.

Lør. 24. nov. 2018 kl. 09.30

Kom med ud at gå sammen med andre vandreglade motionister. Nyd den smukke natur. Motion er sundt for både krop og psyke. Vi går ca. 7-10 km i et tempo, der tilpasses de fremmødte. Turledere er Esther Smedegaard og Eva Pedersen.

Gratis.

Sted: Menys p-plads, Dæmningen 17, Herning.

Herning.

Motionstur ved Hjortsballehøje.

Tir. 27. nov. 2018 kl. 10

Kom ud at gå en tur i fællesskab med andre glade mennesker på en vandretur, der styrker både fysikken og psyken. Turen er på 5 - 6 km og tempoet tilpasses de fremmødte. Turleder er Gorm. Samkørsel fra Markedspladsen kl 09.30.

Gratis.

Sted: Hjortsballe Høje, Hjortsballehøjevej, Herning.

Julemærkemarchen.

Søn. 2. dec. 2018 kl. 09 -11

Gå eller løb for en god sag! Tag familie, venner og kolleger med. Der er afmærkede ruter på hhv. 5 km og 10 km. Minimum en af ruterne kan gennemføres med barnevogn/kørestol. Starten er fra Kantinen. Der købes startkort, evt med forhåndstilmelding. Det er muligt at tilmelde et hold. Der er diplom til alle, der ønsker det. Overskuddet går til Julemærkehjemmene. Der er mulighed for at købe æbleskiver, gløgg mv. Der henvises til www.julemaerkemarchen.dk

Pris: startkort 30 kr. Med medalje: 70 kr..

Sted: Vestervangskolen, Vestergade 82, Herning.

Motionstur i Gjellerup.

Tir. 11. dec. 2018 kl. 10

Kom ud at gå en tur i fællesskab med andre glade mennesker på en vandretur, der styrker både fysikken og psyken. Turen er på 5 - 6 km og tempoet tilpasses de fremmødte. Turleder er Anna og Ole Nielsen. Samkørsel fra Markedspladsen kl 09.30.

Gratis.

Sted: Gjellerup Kirke, Kirkebyvej 1, Gjellerup, Herning.

Julemotionstur.

Ons. 26. dec. 2018 Start kl. 09-11

Fodslaw arrangerer motionsture i julen for 47. gang. Tag familie og venner med ud på en frisk travetur. 2. juledag kan du komme ud at gå i Skærbæk, hhv. 6 og 11 km på ruter afmærkede med fodslawpile og -bånd. ALLE er velkomne. Gør dette til en familietradition! Der købes startkort, evt. suppleret med enten diplom, medalje eller begge dele. Alle startkort giver ret til IVV-stempel. På start/slutstedet er der mulighed for at købe øl og vand. På halvvejen er der rast i Spejderhuset i Kideris, hvor der er mulighed for at købe gløgg, æbleskiver mm

Pris: ivv start 20 kr. med diplom: 25 kr. med medalje: 40 kr. med diplom og medalje: 45 kr..

Sted: Højskolen Skærgården, Skærgårdvej, Skærbæk,

Kultur
i samarbejde med *naut*