

Avgifter

Medlemskap i Friluftsförbundet
360 kr/år för enskild
530 kr/år för familj

Terminsavgift

Vardagsvandringarna **50 kr/termin**
för omkostnader inom gruppen.

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.

Bli medlem

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

eller ring

Medlemsservice: 08-447 4440 telefontid kl. 09.00 - 11.30 samt 13.00-15.00

Som medlem är du försäkrad vid alla aktiviteter.

Vi följer Folkhälsomyndighetens rekommendationer

Hjärtligt Välkommen om du är frisk.
Vandringar kan ev ställas in så gå alltid in på hemsidan för att få aktuell information.
Alla höstens vandringar är inom Uddevalla.
Kommun. Ingen upptaktsträff.

Samling vid Ica Kvantum för vägbeskrivning.
Ingen samäkning och vi håller avstånd.

Anmälan krävs då vi måste vara mindre grupper.
friluftsförbundet.se/uddevalla
Kontakta aktuell ledare om du behöver hjälp.

Utrustning

Klädsel efter väderlek
Stövlar eller liknande
Fika-Frukt-Vatten



FRILUFTS
FRÄMJANDET
UDDEVALLA

Vi finns på Nonnens väg 11
451 50 Uddevalla

Hemsida: friluftsförbundet.se/uddevalla
e-post: uddevalla@friluftsförbundet.se
[facebook.com/uddevallafriluft](https://www.facebook.com/uddevallafriluft)

I samarbete med ...



Studiefrämjandets kansli finns på
Junogatan 9 45142 Uddevalla
Tel. 0522-330 78

" Minns gårdagen-
Dröm om morgondagen-
Men lev idag."

VARDAGSVANDRARNAS PROGRAM

Hösten 2020



FRILUFTS
FRÄMJANDET
UDDEVALLA

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



Hund får medfölja om den är kopplad



Måndagsvandringar

3–5 kilometer i lite lugnare tempo

Dat	Vandring
<i>7 sept</i>	<i>Första vandring till nyrenoverade Hällerstugan</i> Birgitta W 070-6624369
<i>14 sept</i>	<i>Vindsvalan</i> Anki S 070-3887445
<i>21 sept</i>	<i>Fröland</i> Ulla G 073-9773174
<i>28 sept</i>	<i>Bjursjön</i> GunInger L 076-1714984
<i>5 okt</i>	<i>Egonspåret</i> Anki S 070-3887445
<i>12 okt</i>	<i>Lanesund</i> Håkan A 076-1098701
<i>19 okt</i>	<i>Kärrevattnet</i> Inga-Lill 070-5235043
<i>26 okt</i>	<i>Bodeleån</i> GunInger L 076-1714984

Onsdagsvandringar

7–10 kilometer i snabbare tempo

Dat	Vandring
<i>9 sept</i>	<i>Första vandring till nyrenoverade Hällerstugan med fortsättning till Mjöevattnet</i> Birgitta W 070-6624369
<i>16 sept</i>	<i>Ulvesund</i> Birgitta H 0730-973218
<i>23 sept</i>	<i>Källevattnet</i> Anki S 070-3887445
<i>30 sept</i>	<i>Gråtås</i> Linda M F 076-2756798
<i>7 okt</i>	<i>Gustafsberg "Jorden runt"</i> Åsa-Lena S 072-5776290
<i>14 okt</i>	<i>Lanesund</i> Håkan A 076-1098701
<i>21 okt</i>	<i>Unda Sunningen</i> Ulla G 073-9773174
<i>28 okt</i>	<i>Strandön</i> Annika J 076-9487337

Torsdagsvandringar

2–4 kilometer

Dat	Vandring
<i>10 sept</i>	<i>Första vandringen</i> Anita W 070-2830903 GunInger L 076-1714984

Sedan varje torsdag till den 29 okt

Torsdagsvandringarna är i lugnt tempo varken rollator eller rullstol är något hinder. Vi anpassar vandringarna efter gruppens önskemål



Allt går om viljan finns

Samling ICA Kvantum kl 9:30 för vägbeskrivning

Samling ICA Kvantum kl 09:30 för vägbeskrivning

Samling ICA Kvantum kl 14.00 för vägbeskrivning