



VZW Burchtheem organiseert 1^{ste} “start to walk” in Brustem

Owv de corona zullen we tijdens de klein kermis geen 2^{de} Burchtloop kunnen organiseren, ook het alternatief Uomo Brustemnaris zal niet lukken. Maar wandelen kunnen we wel coronaproof organiseren.

Daarom beginnen we op **dinsdag 2 maart om 19u30** met een start to walk en bereiden ons in kleine groepjes stapsgewijs voor op de grote Burchtwandeling van 28 en 29 mei (5 of 11km). (Brustem klein kermis).

Met een wetenschappelijk onderbouwd wandelschema van 2x/week wandelen (dinsdag en donderdag) kunnen we over 3 maanden 1 uur of 2 uur en meer stappen.

Heb je zin om je wandelprestaties te verbeteren en tevens nieuwe, andere contacten uit te bouwen, schrijf je dan in op Je inschrijving is definitief na ontvangst inschrijvingsgeld.

Inschrijvingsgeld: 5 euro (verzekering en traktatie op de laatste trainingsavond inbegrepen)

Inschrijven kan online via www.burchtheem.be

Lees hieronder waarom wandelen zo belangrijk is:

