



# CYKELTUR 10-10-10 GENTOFTE

## 10 KM D. 10/10



- hyggelig cykeltur på Verdens Mentale Sundhedsdag  
inkl. gratis, lækker halsedisse ved tidlig tilmelding

### KOM TIL CYKELFEST I GENTOFTE

Kom og vær med, når GIF Idræt på Tværs på Verdens Mentale Sundhedsdag den 10. oktober 2019 arrangerer en cykeltur på 10 km i Gentofte. Målet er at få en sjov dag, opleve området fra dets bedste side og sætte fokus på mental velvære. Turen er for alle, og vi opfordrer til at bruge cykelhjelm. Deltagelse i turen sker på eget ansvar. Det er Bevæg dig for livet - Parasport og Idræt for Sindet, som står bag initiativet.

#### Sted

Cafe Stolpen, Stolpegårdsvej 24, st.,  
2820 Gentofte

#### Tid

Kl. 10.00

GIF byder på morgenmad kl. 09.00 til dem der ønsker at cykle med på de 10 km, eller gå en tur i lokalområdet.

#### Tilmelding

Tilmelding foregår på  
[www.cykeltur101010.dk](http://www.cykeltur101010.dk)

#### Tilmeldingsfrist

Den 24. september, hvis du vil have en gratis halsedisse. Men du kan også møde op på dagen og cykle med.

#### Pris

Det er GRATIS at deltage!

#### Kontakt

Simon Andersen, tlf. 22 54 66 86  
E-mail: [slia@gentofte.dk](mailto:slia@gentofte.dk)

BEVÆG  
DIG FOR  
LIVET

