



CYKELTUR 10-10-10 RANDERS

10 KM D. 10/10



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

KOM TIL CYKELFEST I RANDERS

Kom og vær med, når IFS Randers på Verdens Mentale Sundhedsdag den 10. oktober 2019 arrangerer en cykeltur på 10 km i Randers. 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. Har du ikke en cykelhjelm, så kan du låne i foreningen. Det eneste vi kræver er, at I medbringer jeres egen cykel og er friske på at cykle i al slags vejr. Deltagelse i turen sker på eget ansvar. Det er Bevæg dig for livet - Parasport og Idræt for Sindet, som står bag initiativet.

Sted

Psykiatriens Hus, Gl. Hadsundvej 3,
8900 Randers

Tid

Kl. 10.10

Vi er en del af Sindets Dag og dette cykelarrangement starter dagen op, hvorefter der vil være andre arrangementer hele dagen.

Tilmelding

Tilmelding foregår på
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

Margit Juhl, tlf. 23 90 74 87
E-mail: margitelisa@hotmail.com

BEVÆG
DIG FOR
LIVET

