



# CYKELTUR 10-10-10 NÆSTVED

## 10 KM D. 10/10



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

### KOM TIL CYKELFEST I NÆSTVED

Kom og vær med, når IF Vejen Frem på Verdens Mentale Sundhedsdag den 10. oktober 2019 arrangerer en cykeltur på 10 km i Næstved. 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. 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

Ved Fortuna Grimstrupvejs p-plads, Grimstrupvej 101A, 4700 Næstved

#### Tid

Vi starter med at cykle 10 km kl.10.00. Derefter kan man få kaffe/the i Fortuna

Grimstrupvej, hvor der også vil være madværksted, hvor man laver sin egen sandwich til frokost.

#### Tilmelding

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

#### Tilmeldingsfrist

Senest 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

Taghrid Ghantous Hansen, tlf.: 2545 0324  
E-mail: [tagha@naestved.dk](mailto:tagha@naestved.dk)

BEVÆG  
DIG FOR  
LIVET

