

Praktische informatie “Mama Walk & Breath”

Wat houdt de wandeling in?

- We doen een luswandeling van een 5-tal km. Onderweg maak ik indien nodig even de tijd om te stoppen.
- We spreken **ten laatste 10 minuten voor de start van de wandeling af aan de afgesproken locatie**. Daar start onze wandeling.
- **BELANGRIJK!** We wandelen liefst met een **draagzak/draagdoek**. Wandel je liever met een wandelwagen dan kan dat zeker ook, laat je dan even iets weten zodat ik de wandeling eventueel een stukje kan aanpassen?
- Bij een aantal wandelingen is er de mogelijkheid om iets te gaan drinken of eten. Zoniet wordt een theemoment voorzien. Dit is geheel vrijblijvend!

Plaats?

Check op de website even de locatie die bij jouw datum staat. We spreken af op een bepaalde plek.

- Colomapark Sint-Pieters- Leeuw: afspraak op de parking van de bibliotheek.
- Park van Gaasbeek : afspraak op de grote parking
- Vlezenbeek: afspraak aan de parking van het gemeenteplein.
- Andere locaties: deze info wordt jou nog doorgegeven

Kledij?

Draag makkelijke kledij en stevige schoenen.

Voorzie ook regenkledij of paraplu wanneer er wat regen wordt voorspeld.

Meebrengen?

- Een rugzak met al wat je denkt nodig te hebben (water, tussendoortje, babyspullen,...)
- Regenkledij (indien nodig)