

## **Doel van onze vereniging:**

Is een groep mensen (45+) samen te brengen om te wandelen, (of) te fietsen en (of) stadswandelingen te doen, (of) ook op vrijdagavond elke maand iets doen zoals gezelschapspelletjes doen of bowling en andere plezierige activiteiten. Later kunnen we ook zien of er belangstelling bestaat voor meerdaagse wandel- en fietstochten of streekverkenningen te voet of per fiets. Kortom plezierig in beweging blijven, in goed gezelschap.

Voorstellen zijn trouwens altijd welkom voor alle onderdelen van onze activiteiten, je kan ze indienen via het contactformulier dat je kan vinden onderaan elke pagina van deze website.

Er is ook de mogelijkheid om zelf een activiteit te begeleiden vb: een wandeling, fietstocht of een stadswandeling, ook op vrijdagavond is het mogelijk om een activiteit te begeleiden. Je krijgt dan een status van begeleider op de website voor die activiteit, zodat je de deelnemers kan opvolgen en vragen kan beantwoorden van de deelnemers. Op dat moment ben je een vrijwilliger dat voor de vereniging werkt, een beloning groter dan eeuwige roem kunnen we daarvoor niet aanbieden, ook geen onkostenvergoeding. Wij werken ook gratis hele dagen om jullie te laten meegenieten, omdat het plezierig is en ons hiermee amuseren, we verwachten dat ook van mensen die begeleiden dat ze het plezierig vinden en zich ermee amuseren.

## **Wandelingen:**

Op dinsdag elke week doen we in de buurt van het Waasland een niet te lange wandeling waar bijna iedereen aan kan deelnemen, ook een mooie gelegenheid om te oefenen om langere wandelingen te gaan doen, of meerdaagse tochten. In deze wandelingen doen we geen tussenstop in een cafeetje, wel enkele stopjes om weer samen in groep te wandelen of om even te rusten (appelpauze). Na de wandeling is er altijd de mogelijkheid om na te kaarten in plaatselijke horeca, ook samen iets eten kan.

## **GR-wandelingen:**

Op donderdag om de veertien dagen doen we in de buurt van het waasland een stuk GR-tocht van 15 km, in die tocht zitten enkele rustpuntjes die nooit langer duren dan 15 minuten zodat we niet afkoelen zeker in de winterperiode, natuurlijk als de mogelijkheid er is drinken we iets op een terrasje of in een cafeetje om picknick op te eten, doen we natuurlijk in de vrije natuur ook als er geen kroeg te vinden is. Na de wandeling kaarten we na, en vullen we onze vochtreserves een beetje aan, ook kunnen we samen iets eten. Hoe de bewegwijzering ineens zit van de GR-paden kan je [hier](#) zien.

## **Zomer fietsen, winter wandelen:**

De andere donderdagen om de veertien dagen zouden we wat verder weg kunnen wandelen en fietsen vb: in de Noorderkempen, Meetjesland, Pajottenland of Zeeland. In de winterperiode (Van begin november tot eind maart.) wandelen (15 km) en in de zomermaanden (Van begin april tot eind oktober.) Fietstochten van +/- 50 km. We kunnen ook combineren in de zomermaanden, vb: GR-tocht van 15 km en daarna weerkeren met de fiets die we eerder hadden afgezet (25 a 30 km) om de streek verder te verkennen.

## **Fietsen:**

Op maandag elke week (Van begin april tot eind oktober.) zouden we een fietstocht in en om het waasland doen van ongeveer 25 a 30 km met een gemiddelde snelheid van ongeveer 16 a 18 km/uur. Om in beweging te zijn en te oefenen om de langere tochten te kunnen fietsen of eventueel meerdaagse tochten te doen.

## **Vrijtijdsactiviteiten:**

Op vrijdagavond elke maand de eerste vrijdag van de maand, bowling, gezelschapspelletjes, krulbollen, badminton of andere beetje sportieve bezigheden.

## **Stadswandelingen:**

Op zaterdag elke twee maanden, al dan niet met een gids. Na de Nieuwjaarswandelingen die we al deden de voorbije jaren lijkt het wel plezant regelmatig een stadswandeling te doen. Eventueel met gids of met iemand die de stad een beetje kent en ons mooie plekken kan tonen, en gezellige plekjes om iets te drinken en te eten.

## **Dus:**

Zoals je kan zien heel wat werk op de plank om dat het jaar rond te organiseren, daarom zou het plezant zijn dat er mensen zijn die graag iets willen organiseren volgens dit schema en al eens activiteiten overnemen bij ziekte of andere ongemakken. Je kan je altijd kandidaat stellen via het contact formulier onderaan deze pagina en natuurlijk ook om andere voorstellen te doen die in dit schema passen.

Het Meegenieten team. Karel.