

## **NIEUWSBRIEF MAART/APRIL**

Hallo Allemaal,

Voor jullie ligt een nieuwe nieuwsbrief. Het is even rustig geweest maar vanaf nu gaan we volle bak knallen. Voelen jullie die vlinders ook al tekeer gaan? Wij in ieder geval wel! In deze nieuwsbrief kun je de volgende punten voorbij zien komen:

- Voorstelrondje
- Verzorgers gezocht,
- Inschrijvingen,
- Betaling,
- Wandelagenda.

### Voorstelrondje



Hallo ik ben Nikki en ik ben de voorzitter van walking2gether. Komend jaar ga ik voor mijn 17<sup>e</sup> medaille tijdens de vierdaagse van Nijmegen. Ik heb hem 12 keer gelopen en komend jaar wordt de 5<sup>e</sup> keer dat ik mee doe in de rolstoel.

Wandelen is voor mij de ideale ontspanning, en sinds vorig jaar niet meer alleen, maar samen met mijn hulphond Bender. Hij gaat niet mee lopen maar is wel mijn persoonlijke verzorger op de hal.

Samen met Rosalie en Jeroen organiseren wij overnachtingen en verzorging tijdens de 4 daagse zodat we met zn allen een leuke sportieve week hebben. Omdat de 4 daagse week gaat om samen dit feestje vieren (en af en toe een beetje afzien) of je nu gaat lopen of verzorgen.

Ik hoop jullie allemaal te zien in Nijmegen.



Hallo Mijn naam is Rosalie, ik ben de secretaris van walking2gether, of wel de typmiep. Ik verzorg de inschrijvingen, de nieuwsbrieven, reageer op mails en check van tijd tot tijd de facebookpagina. In het dagelijksleven ben ik verzorgende IG in een verzorgings/verpleeghuis.

Dit jaar ga ik voor de 12<sup>e</sup> keer meelopen, gelukkig alle keren uitgelopen. Mocht je nog vragen hebben over het verblijf of over het lopen, de posten of wat dan ook, stel ze gerust. Je kan mailen naar [info@walking2gether.nl](mailto:info@walking2gether.nl) en dan komt je vraag bij mij terecht.

Ik heb er zin in!! Tot in Nijmegen.

Naast Nikki en Rosalie hebben we ook nog onze penningmeester Jeroen. Jeroen is onze stille kracht achter de financiën. Hij regelt de betalingen etc. Jeroen zie je waarschijnlijk niet op hal maar hij draait wel mee binnen het hele vierdaagsegebeuren.

## Verzorgers gezocht

Om alles in en rondom Nijmegen goed te laten verlopen hebben we de hulp nodig van verzorgers. Van mensen die graag bij de vierdaagse willen zijn, die geweldige sfeer willen beleven zonder die lange afstanden elke dag te lopen. Als verzorger heb je een sleuteltaak, zonder jou hulp zijn we niet zo ver als we willen zijn. Wat doet een verzorger? Nou als je op een Post komt te staan onderweg dan vang je de lopers op en bied ze een zitplaats aan. Je bied ze iets te eten en te drinken aan, vult hun bidon bij. En mochten ze iets in de postbak hebben gelegd geef je dit ook aan. Naast het stukje voeding pols je ook tussen neus en lippen door hoe het gaat. Op basis daarvan kun je ze bijvoorbeeld extra suiker of juist extra zouten meegeven of aanbieden. Nadat alle lopers vertrokken zijn keer je met je postmaatje terug naar de hal en zorg je dat alle bekertjes etc weer schoon zijn voor de volgende dag. Kom je op de hal te staan dan help je mee met diverse taken als opruimen, boodschappen etc. Ons motto is vele handen maken licht werk.

Dus lijkt je dat wat, helpen maar tegelijk ook de sfeer en spirit van de vierdaagse meemaken? Geef je dan op via [www.wsvwalking2gether.nl](http://www.wsvwalking2gether.nl) Onder het kopje vierdaagse Nijmegen vind je het inschrijfformulier.

## Inschrijvingen

De inschrijvingen gaan super dit jaar, hier zijn we erg blij mee.

## Betalingen

In de komende week (of de week erna) zal onze penningmeester de facturen voor de aanbetaling sturen. We vragen alvast een aanbetaling van € 25 De overige € 235 (of 245 bij incl weekend) ontvangen we graag voor 1 juni. Mocht het lastig worden met betalen kun je bij hem vragen om in delen te betalen.

## Wandelagenda

9 en 10 april      Startlocatie: boerderij-camping Nederrijkswald  
Zevenheuvelenweg 47, 6571 CH BERG EN DAL

Afstanden 5,10,15,20,25,30,40 km  
Incl verzorging en als beloning een medaille.

16 april      Bloesemtocht Krabbendijke  
Start Dorpshuis de Meiboom, kerkpolder 30  
Afstanden: 5-15 en 30 km (5km (rolstoelvriendelijk))  
Start 5 km vanaf 10 uur, 15-30 vanaf 8:00

20 april:      Fruitbloesemtocht  
  
Startlocatie:      Sportcentrum LACO  
Tiendweg 9, 4142 EG LEERDAM  
  
Afstanden: 5,10,15,20,25 km

2 tot 3 juli:      Kennedymars/Rondje Someren  
  
Startlocatie: Wilhelminaplein 1, 5711 EK SOMEREN  
  
Afstanden: 80 of 40 Km  
Voor meer info: [www.kennedymars.nl](http://www.kennedymars.nl)

Mochten jullie nog tips hebben mbt mooie wandeltochten, we horen ze graag. Check voor meer tochten [www.wandel.nl](http://www.wandel.nl)

Dit was hem dan weer. Voor meer informatie zijn we bereikbaar via [info@walking2gether.nl](mailto:info@walking2gether.nl) of via de messengerfunctie van onze fb pagina.

Tot de volgende nieuwsbrief!!