

Ældre @ Sagen

20-år med stavgang

I august for 20 år siden, annoncerede Ældre Sagen Hammel "Stavgang" tirsdag formiddag i Hammel. Der kom ca. 100 interesserede til den første introduktion, oppe på Selskabsvejen ved Hammel Skov. Hammel kommune havde sponsoreret 20 sæt stave. 50 fik tilbud om at komme igen om eftermiddagen, så gik vi i gang med opvarmning og instruktion: Når man går stavgang, opnår man stor forbrænding, en god kondition, god balance og så styrker det muskler og knogler og det sociale, ved at gå i grupper der passer individuelt.

Vi mødes fortsat hver tirsdag kl. 09.30 ved Springforbi, 200 m ind ad Selskabsvejen, hvor der kommer 30-40, (hver tirsdag uanset vejret) vi går ud i 4 grupper med ture i forskellige længder og hurtighed, så alle kan være med.

Vi arrangerer også madpakketur forår og efterår, samt en vandrerejse på 4-5 dage.

KOM OG VÆR MED: Stavgang er for alle, stave kan lånes og der er instruktør.

20-års jubilæet vil vi fejre den 6. august i Engedalen, ved Spejdercenteret i Møllevangen Hammel.



Program: Kl. 09.30 opvarmning og vandring ud i grupper.

Kl. 11.00 hyggeligt samvær, med lidt at spise og drikke, samt fællessang.

Alle er velkommen også vores rejsedeltagere, og selvom du ikke længere går stavgang, er du velkommen til at komme til en hyggelig fejring, af stavgangsgruppens jubilæum.

Med venligste hilsen

Ældre Sagen
Stavgangsgruppen v/Ilse og Peder
Hammel