



De Nationale Diabetes Challenge



Wandel mee in Zwolle naar een gezonde leefstijl!

Verschillende partijen uit Zwolle slaan de handen ineen om samen met u de stap te maken naar een fitte en gezonde toekomst. Dat doen we door 1x per week samen te wandelen vanuit vier locaties in Zwolle. Wandelt u mee?

**WANDEL
MEE!**

Natuurlijk houden we rekening met ieders niveau. Wekelijks wandelen sport- en zorgprofessionals mee om u te helpen de eerste stap te zetten.

- Voor wie:** Omdat wandelen voor iedereen positieve effecten oplevert, zijn ook mensen zonder diabetes van harte welkom!
- Wanneer:** Op diverse momenten in de week vanaf mei t/m september (zie websites)
- Waar:** U kunt kiezen voor verschillende opstapplaatsen: Sportpark de Verbinding, Sportpark de Pelikaan, Sportpark de Marslanden en Sportpark de Siggels

Ga naar www.nationalediabeteschallenge.nl/locaties en zoek op Zwolle om u in te schrijven voor de gewenste locatie bij u in de buurt. Bij vragen kunt u mailen met info@zwolsediabeteschallenge.nl



Wandel mee in Zwolle naar een gezonde leefstijl!

U kunt kiezen voor verschillende opstapplaatsen:

Locatie Sportpark De Verbinding

Woensdag inloop
19.00 uur
Start 19.30 uur

Startbijeenkomst
op 23 mei.
Start wandelen
op 30 mei.

Locatie Sportpark De Pelikaan

Woensdag inloop
13.00 uur
Start 13.30 uur

Startbijeenkomst
op 16 mei.
Start wandelen
op 23 mei.

Locatie Sportpark Marlanden

Donderdag inloop
19.00 uur
Start 19.30 uur

Startbijeenkomst
op 8 mei.
Start wandelen
op 17 mei.

Locatie Sportpark De Siggels

Dinsdag inloop
19.00
Start 19.15 uur

Startbijeenkomst
op 15 mei.
Start wandelen
op 22 mei.

De kosten zijn € 5,- per persoon.

**WANDEL
MEE!**

Ga naar www.nationalediabeteschallenge.nl/locaties
en zoek op Zwolle om u in te schrijven voor de gewenste
locatie bij u in de buurt. Bij vragen kunt u mailen met:
info@zwolsediabeteschallenge.nl



**De Nationale
Diabetes Challenge**