Mandal

Preikestolen

Hirtshals

Steinsland

DATO	TUR	MØTSTED
06.09	Kringsjå, Knudane, Vrengen	Hundeklubben Kringsjåvegen
13.09	Eikelandsvarden	Leifs mat
20.09	Tur til Hirtshals	Etter avtale
27.09	Himmelsyna kl. 10:00 fra	Leifs mat
04.10	Høstferie	Uke 40
11.10	Odderøya	Heisel /Odderøya
18.10	Tur til Hirtshals	Etter avtale
25.10	Gråmannen / Åmliknuten	Heisel
01.11	Quarten byvandring	Heisel/ Ravnedalen
08.11	Lindehei Stølen Dalane	Heisel
15.11	Tur til Hirtshals	Etter avtale
22.11	Mandal/Sjøsanden	Heisel/Brennåsen
29.11	Geocaching	Heisel
06.12	Tur til Hirtshals	Etter avtale
13.12	Adventstur	Heisel
20.12	Juleavslutning Ruben Roksheia Ikea juletallerken	Heisel

Kontaktperson/turleder er
Bjarne Forsdal e-post: bjarne@forsdal.no
Tlf: 906 76 269.

Det taes forbehold om endring av turene. Følg med på FACEBOOK Aktiv turglede.
https://www.facebook.com/groups/392553537593512/

GOD TUR!

TURPROGRAM AKTIV TURGLEDE

Høst 2017

Turene annonseres i Facebook gruppen
AKTIV TURGLEDE
Følg med i gruppen for info om turene.

Trenger du skyss til turen, ta kontakt med Bjarne Forsdal på tlf. 906 76 269. Så gjør vi alt for å ordne transport til turer.
Passasjerer betaler normalt kr 30,- pr. tur til bileier. Ved lengre turer (over 40 km) betales kr. 50,-
På grunn av parkeringsproblemer på startstedet er det viktig at turgåerne samarbeider om å fylle bilene. Ta med vannflaske, matpakke, termos og sitteunderlag.
I mørketiden bruker vi refleksvest Turene er organisert slik at turleder går først og fører turen i normal gangfart, med flere stopp underveis. Lengde på turene varierer mellom 5 og 12 km. Spørsmål vedrørende turene rettes til turleder. Bruk gjerne staver og husk gode sko.
Vær- og føreforhold kan gjøre det nødvendig å endre turopplegget. Vi er vanligvis tilbake ved møtestedet innen kl 17:00.

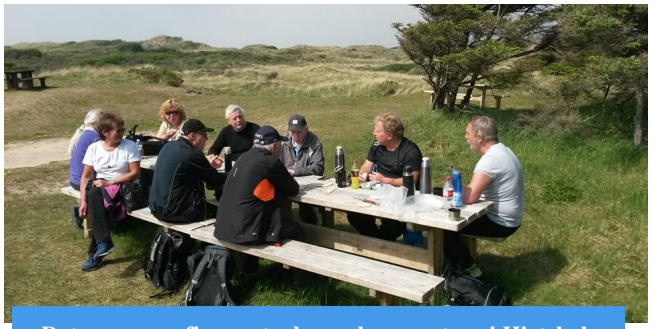
Årdalsknapen

En gang i måneden fra september til mai prøver vi å dra til Hirtshals for å gå en rundvandring eller byvandring. Vi begynner dagen med frokostbufe på **Catch me if you can.**

Catch me if you can.

Etter frokost kan vi gå rundt på båten, handle i Tax-free butikken eller bare sitte å nyte tilværelsen.

Vi pleier også å få tid til et besøk på Netto, Lidel og AZ i Hjørring, på AZ spiser vi middag til en rimelig penge. Senere finner vi på noe som kan fylle resten av tida til båten går hjem igjen.



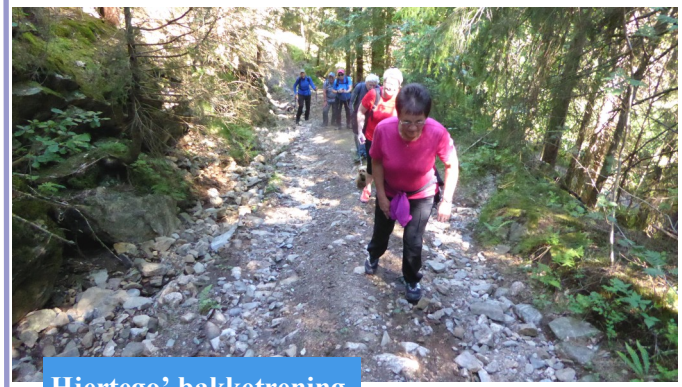
Det er mange fine rasteplasser langs rutene i Hirtshals

Tirsdagstur med
AKTIV TURGLEDE

Hver tirsdag kl. 18:00, kan du bli med på en enkel og hyggelig kveldstur i nærområdet.
Vi går på veier og turområder i nærheten av Vennesla.
Dette er treningsturer med en lengde på ca 5-6 km.
Ta på gode sko og klær som passer til vær og føre (refleksvest). Bruk gjerne staver. Ta med drikke og sitteunderlag i sekken.

Turene annonseres i Facebook gruppen
Tirsdagstur med Aktiv Turglede

Kontaktperson:
Bjarne Forsdal tlf. 906 76 269,
bjarne@forsdal.no



Hjertego' bakketrening

Rast ved Kringsjå