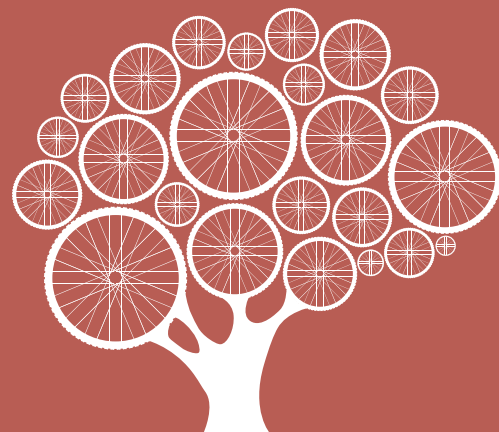




IDRÆT
FOR SINDET

10 KM PÅ CYKLEN D. 10.10 KL. 13.00
MARKER VERDENS MENTALE SUNDHEDSDAG

GRATIS CYKELFEST I KØBENHAVN



**KOM OG VÆR MED TIL EN HYGGELIG
CYKELTUR PÅ 10 KM HVOR ALLE KAN VÆRE
MED, UANSET FORM OG CYKEL.**

CYKELTUR 10-10-10

Kom og vær med, når IF Kæmperne fejrer Verdens Mentale Sundhedsdag den 10. oktober 2020. Vi arrangerer en cykeltur på 10 km i København. Målet er at få en sjov dag, opleve området fra dets bedste side og sætte fokus på mental velvære. Turen er for alle, og cykelhjelme anbefales men er ikke obligatorisk.

Det eneste vi kræver er, at I medbringer jeres egen cykel og er friske på at cykle i al slags vejr. Deltagelse i turen sker på eget ansvar.

HVOR CYKLER VI FRA

Grøndal Multicenter. Mødested foran Bowling på parkeringspladsen med indgang fra Hulgårdsvej.

TIDSPUNKT

Den 10. oktober, kl. 13.00.

PRIS

Det er helt gratis at cykle med og alle, der har tilmeldt sig på hjemmesiden får et stykke merchandise med hjem.

TILMELDING:

Tilmelding foregår her senest d. 26. september:

<https://dai.nemtilmeld.dk/115/>

PROGRAM FOR DAGEN

KL. 12.45
VI MØDES PÅ PARKERINGSPLADSEN

KL. 13.00
AFGANG (VI HOLDER EN LILLE PAUSE HALVVEJS)
NÅR VI KOMMER TILBAGE, ER DER
HYGGE MED KAFFE OG KAGE PÅ
KÆMPERNES KONTOR.

KL. 16.00
TAK FOR I DAG

KONTAKT

Christine Topp
Tlf. 3069 2594
E-mail: cp06@kk.dk

**HUSKELISTE:
DRIKKEDUNK
& HJELM**

DANSK ARBEJDER IDRÆTSFORBUND



Arbejdernes Landsbank
Bygger på sunde værdier

