



9 oktober 2024

PERSBERICHT

Deelnemers hebben verbeterde conditie en blijven samen wandelen

Succesvolle Raalte Wandel Challenge finisht bij SW4D

Het einde van de Raalte Wandel Challenge is in zicht. De ruim 40 deelnemers wandelden vanaf juni wekelijks om uiteindelijk een mooie afstand te kunnen lopen en samen te werken aan een gezonde leefstijl. De challenge wordt afgesloten met deelname aan de (verkorte) route van de Sallandse Wandel Vierdaagse. Deelnemers zijn enthousiast: 'Ik had nooit gedacht dat ik weer zoveel km kan lopen'.

De redenen voor deelnemers om mee te doen aan de Raalte Wandel Challenge waren divers. Van een stok achter de deur om wekelijks te wandelen tot nieuwe mensen ontmoeten en gezelligheid opzoeken. Wekelijks wandelden een dinsdagavond- en donderdagochtend groep in de omgeving van Raalte. Daarnaast zijn er vier themabijeenkomsten georganiseerd over een gezonde leefstijl door verschillende zorgprofessionals. Onder andere over blessure preventie, slaap en ontspanning, een gezonde leefstijl en voeding.

De Wandel Challenge was ook dit jaar weer succesvol. Buurtsportcoach Tom Bloo: 'Meerdere deelnemers hebben naast de Raalte Wandel Challenge al verschillende wandeltochten gemaakt in Salland. En een grote groep heeft de intentie om samen te blijven wandelen. Daarnaast zit het succes ook in kleine dingen. Een van de deelnemers is ernstig ziek geweest en heeft nu dankzij de Raalte Wandel Challenge kunnen bouwen aan de conditie. Hij had nooit gedacht zoveel km te kunnen lopen. Daar doen we het voor!'

Verkorte route Sallandse Wandel Vierdaagse

Meedoen aan de Sallandse Wandelvierdaagse is een mooie afsluiter voor de groep. Naast een rolstoelvriendelijke route zijn er op donderdag 31 oktober 2 verkorte routes van 6,5 en 5 km voor mensen die 12 km net te lang vinden. Ook niet-deelnemers van de Raalte Wandel Challenge mogen hieraan mee doen. Voor de verkorte route brengt een bus je om 11.15 uur vanaf Domineeskamp naar de opstapplaats, zodat je een route van 6,5 of 5 km kunt meelopen. De kosten zijn 13 euro.

Aanmelden voor de verkorte route: stuur een e-mail naar buurtsportcoach@sportbedrijfraalte.nl

----- einde persbericht -----

Meer informatie: Afdeling communicatie Sportbedrijf Raalte (0572 – 760 600 / communicatie@sportbedrijfraalte.nl)