

**Wir sind  
sportlich  
aktiv**



## **Wandern**

**Der Wanderspaß am Niederrhein.**

**Tönisvorst-St. Tönis  
Parkplatz Viesener Straße/  
Pastorswall**

Do. 13:00-18:00 Uhr, alle 2 Wochen.  
Damen und Herren  
Wanderstrecke 5-8 km als Kurzstrecke.  
Wanderstrecke 10-15 km, als Langstrecke.  
„Wir sind dann mal wandern.“



Wanderführer  
Gerhard Pülmanns  
Tel.: 02151/367747

„Wir sind dann mal wandern“ richtet sich an Interessierte, die Freude und Spaß am Wandern in einer Gruppe Gleichgesinnter haben. Die Bewegung in freier Natur und die Erhaltung der körperlichen Fitness sind uns genauso wichtig, wie die gesellige Einkehr in einer Gaststätte/Bauerncafe am Wegesrand. Wir wandern in den Wanderregionen der näheren und weiteren Umgebung. Nach dem Motto „es gibt kein schlechtes Wetter sondern nur passende Kleidung“ treffen wir uns alle 2 Wochen um 13:00 Uhr am Parkplatz Viesener Straße/ Pastorswall in St. Tönis.

Und denkt dran:

**Wandern ist Balsam für die Seele.**