

# Uitnodiging 3-bergentocht

van 15 t.e.m. 18 september 2020



Na vier succesvolle 3-daagse tochten door de mooie natuur van het Heuvelland en omgeving wilt het enthousiast team vrijwilligers uit de regio Ieper en de Westhoek met heel veel plezier een 5<sup>de</sup> editie van de aangename 3-bergentocht organiseren.

Kom mee genieten van de West-Vlaamse gezelligheid en de deugddoende contacten tussen lotgenoten in een mooie omgeving.



## Hoe ziet de planning er uit?

- o Dinsdag 15 september van 17.00 uur onthaal
- o Woensdag 16, donderdag 17 september 9.00 start wandelen
- o Vrijdag 18 september laatste wandeldag, 16.00 uur speciale afsluit



## Wat biedt de 3 bergentocht?

- o ontdekken van een mooi landschap in eigen land
- o een blos op je gezicht van de frisse en gezonde lucht
- o deugddoende gesprekken met lotgenoten
- o goed voorbereide wandelingen van ongeveer 15 km/dag op een rustig tempo
- o goede begeleiding van kinesitherapeut, verpleegkundige en enthousiaste vrijwilligers



## Wat kost het?

- o € 130 (na bevestiging te betalen op rekeningnummer BE14 7380 3890 3183 van MS-Liga Vlaanderen DRIEBERGENTOCHT met in de mededeling je naam en 3-bergentocht.



## Wat krijg je ervoor?

- o Logement, maaltijden, tussendoortjes en dranken, verzekering en professionele begeleiding



## Waar logeer je?

- o B&B "Het Neerhof", een gezellige B&B, gelegen in Westouter



## Hoe en tot wanneer inschrijven?

- o Er kunnen 25 personen met MS deelnemen, dus snel inschrijven is de boodschap! De mensen die voor de eerste keer deel nemen krijgen voorrang en de datum van inschrijving telt. Inschrijven kan tot 30 april 2019 via het formulier op de website.

Vragen of interesse? Aarzel niet om contact op te nemen met Katrien Tytgat, Projectcoördinator MS-Liga Vlaanderen - ☎ 0477 42 54 29 - ✉ [project.coordinator@ms-vlaanderen.be](mailto:project.coordinator@ms-vlaanderen.be)

We hopen jullie te mogen verwelkomen!



Het vrijwilligersteam en Katrien Tytgat  
MS-Liga Vlaanderen vzw