

## Wandeling in bosrijke Aalterse omgeving

In het kader van de reumanet “wandel mee” oproep ga ik eind oktober zo’n 5 km wandelen. Meewandelaars zijn heel welkom, maar op eigen verantwoordelijkheid.

Ikzelf wandel graag, maar door artrose op jongere leeftijd & een bergwandelongeval, heb ik het bergwandelen en het wandelen met vrienden in het weekend - zo’n 12 km - moeten opgeven. Ik stap nog aan een redelijk tempo (kan worden aangepast), maar kortere afstanden, bij voorkeur zo effen mogelijke ondergrond.

Omdat bewegen belangrijk is voor de gezondheid, ook bij artrose, en ook psychisch deugd doet, maak ik nog regelmatig kortere wandelingen als pauzes tijdens het telewerk. Bij windluw weer doe ik in het weekend of op een vrije dag een toertje met de fiets en de hometrainer staat voor de tv geparkeerd. Op een vrije namiddag kan ik het soms niet laten me toch op wat bospaden te wagen, met mijn bergwandestokken en doorgaans in een bos in de buurt waar ik de meer effen paden & banken ken, of de trottoirs & kasseien van één of andere stad te trotseren, zigzaggend naar de meer effen plekjes, uiteraard als mijn heup en knieën het toelaten.

**Wanneer ?** 31 oktober 14u10 – *startuur kan nog worden gewijzigd, bv. eventuele treinreizigers*

**Waar ?** Bellem station – *parking auto’s : kant Bellem centrum, ook parking wat verder aan Bellem kerk*

### Omschrijving

Zo’n 5 km, bankjes na zo’n 3,5 km, asfalt, (vals)plat, door bewoonde bosrijke omgeving met paar weiden  
Geen horeca onderweg, kan wel achteraf

### Info openbaar vervoer

Trein - lijn Gent-Brugge

*Bellem station is recent vernieuwd, met verhoogd perron & hellende vlakken, maar geen personeel om bijstand te verlenen  
Idem voor station Aalter waar meer (& IC) treinen stoppen en waar eventueel iemand kan worden opgehaald.*

**Nog vragen & afspreken ?** [isabel.reuma@hotmail.com](mailto:isabel.reuma@hotmail.com)

Gelieve door te geven indien je graag wil meewandelen of toch niet kan of wat later bent of ..., zodat ik je kan verwittigen bij te slecht weer en ik weet op wie te wachten voor het meewandelen.

*Tijdens de wandeling kunnen er foto’s worden genomen voor reumanet, gelieve op voorhand door te geven indien u buiten beeld wenst te blijven.*

**Sfeerbeelden** *nu nog met groene bladeren*

