

REUMA BEWEEGT

1

BEWEGEN IN MAART 2022 | PROVINCIE OOST-VLAANDEREN

Bekijk op mobiel



SCHELETOCHT DENDERMONDE – 44 KM – Dendermonde/Appels/Sint-Amands/Dendermonde - ***



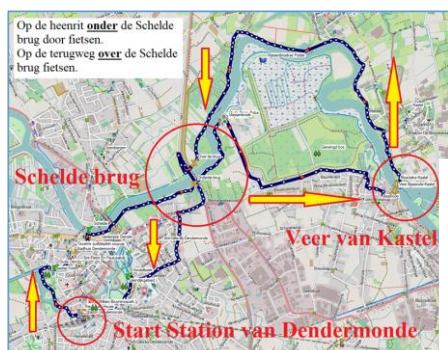
De fietstocht start en eindigt bij het station van Dendermonde met vlakbij ruime parkeermogelijkheden. Nagenoeg volledig vlak parcours langs de beide oevers van de Schelde, en dit ter hoogte van Dendermonde. Er zijn drie veerponten (Appels, Kastel en Sint-Amands) waarmee men de Schelde gratis kan oversteken. Onderweg is er ruim mogelijkheid voor een natje en/of een droogje in één van de horecazaken op het traject.

Meer info op RouteYou met gpx file: [hier downloaden](#).

KORTERE VARIANTE 01 – 19,5 km – *
Dendermonde/Veer Kastel/Dendermonde

Start en einde: station van Dendermonde.
Halfweg traject Schelde oversteken met **veer Kastel**.

RouteYou: [hier downloaden](#).



Bekijk op mobiel



KORTERE VARIANTE 02 – 30,2 km - **
Dendermonde/Sint-Amands/Dendermonde

Start en einde: station van Dendermonde.
Halfweg traject Schelde oversteken met **veer Sint-Amands**.

RouteYou: [hier downloaden](#).



Bekijk op mobiel



REUMA BEWEEGT

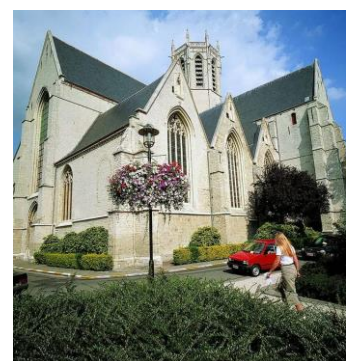
2

BEWEGEN IN MAART 2022 | PROVINCIE OOST-VLAANDEREN

Bekijk op mobiel



DENDERWANDELING TE DENDERMONDE – 5,8 km – moeilijkheidsgraad *



De wandeling start en eindigt ook aan het station van Dendermonde.

En daar is ruim parkeermogelijkheid.

Het is een vlakke wandeling rondom het historische centrum van Dendermonde, grotendeels langs de voormalige stadsomwalling.

Je wandelt langs waterpartijen, door het groen en ook een gedeelte door het stadscentrum van Dendermonde.

Onderweg zijn er ruim voldoende horecazaken, leuke picknickplaatsen, bankjes...

Meer info op RouteYou: [hier downloaden](#).

VOLGENDE MAAND...

Fietsen en wandelen we in de omgeving van **Lier, provincie Antwerpen**.

Vanaf 15 april op www.reumanet.be

En... nodigt patiëntexperte Anja Römling ons uit te Schalkhoven/Hoeselt voor een mooie bloesemwandeling rond én door de boomgaarden.

Op zaterdagen en zondagen is er om 14u een **begeleide wandeling** voor de liefhebbers.

Vanaf 1 april op www.reumanet.be

Deze fietstochten en wandelroute werden samengesteld door patiëntexpert Jos Collin. Waarvoor onze dank!