

Fietsen voor Senioren wordt mede mogelijk gemaakt door:



Fietsen voor senioren



2024

Programma



Welkom bij Fietsen voor Senioren

Al ruim 35 jaar organiseren vrijwilligers onder de naam "Fietsen voor Senioren" fietstochten voor 50-plussers. Naast gezonde lichaamsbeweging vinden wij gezelligheid belangrijk. Graag nemen wij u mee op onze mooie tochten over ons schitterende Schouwen-Duiveland. Elke twee weken op dinsdag vertrekken we vanuit Zierikzee voor een gezellige rit. Deelname aan de fietstochten is geheel gratis. Iedereen mag meefietsen en iedereen die voor het eerst meegaat, zal zich snel op zijn gemak voelen. Er worden middagtochten georganiseerd van ongeveer 30 km. en dagtochten van rond de 60 km. Tijdens elke tocht zal er een tussenstop gemaakt worden voor een kop koffie of thee. Deze kosten zijn voor eigen rekening. In dit boekje vindt u verdere informatie. Wij hopen u te mogen begroeten bij onze fietstochten.

De vrijwilligers van Fietsen voor Senioren: Bram van Klink, Cor Hanse, Janny Goudzwaard, Klazien Scheele en Marleen van de Have en Ria Monen en Leo den Boer.

De vrijwilligers van Fietsen voor Senioren worden ondersteund door SMWO Schouwen-Duiveland.



- 10 De deelnemers dienen de aanwijzingen van de organisatoren op te volgen.
- 11 De fietsen moeten voldoen aan de door de wet gestelde eisen. Zorg voor voldoende lucht in de banden.
- 12 De deelnemers dienen alle wettelijke verkeersbepalingen op te volgen. Bij rood licht dient onherroepelijk te worden afgestapt.
- 13 Deelnemen aan de fietstochten op tandems is toegestaan.
- 14 Bij het oversteken van drukke autowegen dienen de instructies van de vrijwilligers strikt te worden opgevolgd.
- 15 De deelnemers rijden, waar mogelijk, twee aan twee achter elkaar, waarbij er een redelijke tussenruimte moet zijn, maar absoluut niet langer dan noodzakelijk.
- 16 Op een smalle weg dient men na een fluitsignaal achter elkaar te gaan rijden. Daarbij gaat degene die links rijdt, voor zijn/haar rechterbuur rijden.
- 17 In verband met Corona (Covid-19) kunnen extra maatregelen worden getroffen. Er wordt sowieso altijd binnen de gestelde Corona-regels gefietst.



Voorwaarden voor deelname

- 1 De fietstochten worden begeleid door vrijwilligers. Iedere deelnemer rijdt echter op **eigen** risico.
- 2 Iedere deelnemer dient zich aan de hieronder vermelde regels te houden tijdens het fietsen.
- 3 De meeste deelnemers rijden op een elektrische fiets. Uiteraard kunt u ook met een "gewone" fiets deelnemen.
- 4 Het tempo wordt aan de deelnemers aangepast. Langzamer dan 14 km. per uur wordt niet gereden.
- 5 Tijdens het fietsen rijden er twee vrijwilligers vooraan, twee als laatste van de groep en in de groep ook twee vrijwilligers.
- 6 De vrijwilligers zijn herkenbaar aan een geel hesje.
- 7 Bij het begin van de tocht worden eventueel mededelingen gedaan betreffende de tocht.
- 8 De vrijwilligers van Fietsen voor Senioren geven het rijtempo aan; deelnemers mogen de voorrijders **niet** passeren.
- 9 In principe is het "samen uit, samen thuis". Mocht u tijdens de route zelf eerder willen afhaken of een andere weg naar huis nemen, meld dat vooraf aan de vrijwilligers



Deelname:

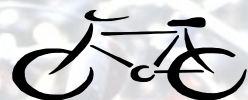
Alle tochten zijn op dinsdag en beginnen bij:

**De parkeerplaats van Sportpark Den Hogen Blok
(bij voetbalvereniging MZC '11)
Lange Blokweg te Zierikzee.**

Aanvang middagtochten: **13.30 uur**
Aanvang dagtochten: **10.00 uur**
Vooraf aanmelden is niet nodig!



Fietsen voor senioren



Tochten 2024

2 april Serooskerke	middag
16 april Bloembollenrit Flakkee	dagtocht
30 april Oosterland	middag
14 mei Zonnemaire	middag
28 mei Ouddopr-de Punt	dagtocht
11 juni Nieuwerkerk	middag
25 juni Oude Tonge	dagtocht
9 juli Ellemeet/Noordwelle	middag
23 juli Dreischor	middag
6 augustus Noord Beveland	dagtocht
20 augustus Scharendijke	middag
3 september Sirjansland	middag
17 september Westhoek	dagtocht
1 oktober Sluitings-verrassingstocht	middag



Na de Sluitingstocht op 1 oktober gaan we gezellig met elkaar uit eten (eigen kosten).

U kunt zich hiervoor opgeven door uw naam te noteren en dit blokje uit te knippen en in te leveren tijdens één van de tochten.

Naam: _____

E-mail: _____

Voor informatie kunt u terecht bij:

Bram van Klink: 06 - 409 39 053

SMWO Schouwen-Duiveland

Laan van St. Hilaire 2

4301 SH Zierikzee

Tel. 0111-453444

www.smwosd.nl