

Kom naar de Doortrappen Kick-Off op 20 september 2019

Vitaal en gezond blijven. Wie wil dat nu niet? De fiets kan hierbij een belangrijke rol spelen. Maar hoe blijf ik veilig fietsen in een drukke stad als Amsterdam? Is een e-bike iets voor mij? Een antwoord op deze vragen, en nog veel meer, krijgt u tijdens de gratis Doortrappen Kick-Off. Vanaf 12.30 uur staat het Friendship Sports Centre in Amsterdam Noord in het teken van 'veiliger fietsen tot je 100e'.

Programma

Vanaf 12.30 uur gaan de deuren open. Een hapje en drankje staan voor u klaar. Wethouder **Sharon Dijkma** geeft om 13.00 uur het officiële startschot en stelt de Doortrappen ambassadeur voor. Daarna volgt een mini-college door VU Neuroloog **Erik Scherder**. Het centrale deel wordt afgesloten met een fietskennistest, waarbij leuke prijzen te winnen zijn.

Na een korte pauze kunt u van alles uitproberen fietsgebied. Een kleine greep uit het aanbod:

- Test een E-bike
- Laat je fiets gratis keuren (en kleine reparaties uitvoeren)
- Doe een gezondheidscheck
- Tips en oefeningen om soepel(er) te fietsen
- Vul een goodie bag met alles over veilig en gezond fietsen

Rond 16.30 uur sluiten we af met een borrel en hapje. U bent van harte welkom!

Locatie

Friendship Sport Centre Amsterdam
Beemsterstraat 652, 1027 ED Amsterdam

Deelname is gratis!

Meld u aan door een e-mail te sturen naar doortrappen@amsterdam.nl.

Heeft u vragen over Doortrappen? Neem dan contact op met ons via doortrappen@amsterdam.nl. U kunt ook meer informatie vinden op www.doortrappen.nl/amsterdam



Doortrappen wordt o.a. ondersteund door BOVAG, het Ministerie van Infrastructuur en Waterstaat en VeiligNL.

✘ Gemeente
✘ Amsterdam
✘

doortraPpen
veiliger fietsen tot je 100e

VCA | Vervoerregio
Amsterdam