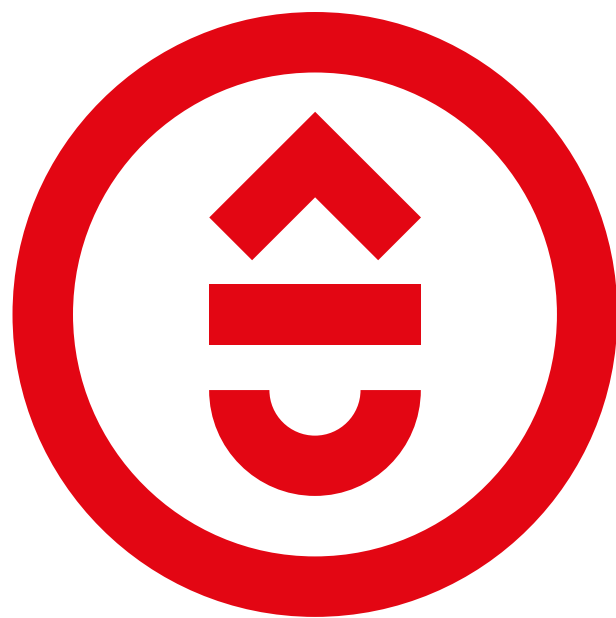




KORTRIJK



De Warande

DAG VAN JEUGD BEWEGING

Lique restio doluptur? Quis aut
ut pratus dolendes doluptati
dignam, sit re dolupta pra et
omnitate verchicil idero dicil
ius. Cea derferia apidebis ipit
eos re omnia sint alit voluptam
et etur re nullumque natur?

www.kortrijk.be/warande


KORTRIJK







BLIJF IN BEWEGING!

Door de coronacrisis valt een deel van onze vrijetijdsbesteding weg. fitnessen, minivoetbal, volleybal ... zijn tijdelijk niet mogelijk. Beweging is nochtans belangrijk voor zowel onze lichamelijke als mentale gezondheid. Gelukkig biedt Kortrijk veel mogelijkheden.

Fysieke noodzaak

Op een mooie winterdag gaan we tegenwoordig niet z'n allen wandelen, lopen en/of fietsen. Vele doen dat niet alleen omdat het nodig is, maar ook omdat we het nodig hebben. Na een hele dag (thuis)werken,

Samen bewegen

Door de coronamaatregelen moeten we onze fysieke ontmoetingen draagvlak verliezen. Vroeger werden er digitaal vergaderen zijn handig en digitaal vergaderen zijn handig, maar de nood aan rechtstreeks en fysiek contact is niet meer weg te denken. Het is belangrijk om fysiek contact te bewaren. Of je gaat op stap met maximaal vier personen (inclusief jezelf) en bewaart daarbij altijd anderhalve meter afstand.

Verken je stad

Bij buiten bewegen denken veel mensen aan bossen en velden, maar vaak heb je het zo ver niet te zoeken. Ook in het stadscentrum en in de dorpskernen is er de laatste jaren veel ruimte gecreëerd om te bewegen. Pleinen zijn veranderd, wandelpaden zijn openbaar gemaakt, wandelpaden zijn openbaar gemaakt en de fiets kreeg een prominente en veilige plek in het verkeer. Op verschillende plaatsen werden ook andere activiteiten mogelijk gemaakt. Denk maar aan de skateparken in verschillende delen van de stad, de fitnessplaatsen aan de Lange Maene, de bouldering op Kortrijk-Vlaanderen ...

Kortom, dit is het ideale moment om de vele verborgen parels van onze stad al bewegend te herontdekken.

Op www.kortrijk.be/herontdekkenvind je heel veel leuke ideeën, tips en tricks om te bewegen.









