



**Rheumaliga Bern
und Oberwallis**
Bewusst bewegt



Wanderung Riggisberg

Wann: Freitag, den 13. Dezember 2024 um 10.16 Uhr
Treffpunkt: Bushaltestelle Riggisberg Post
Bern 9.42 Gl 3, Toffen 10.03 Uhr Bus321
Thun 9.38 Uhr Gl 5, Toffen 10.03 Uhr Bus321

Wir wandern rund um Riggisberg. Die Wanderroute wird spontan der Witterung angepasst. Die Wanderzeit beträgt ca. 2 bis 2,5 Std.

Ausrüstung: Trekking-/Wanderschuhe, Kleidung (wetterentsprechend, Zwiebelprinzip), Trinkflasche, Snack, eventl. Stöcke, Sonnenschutz

Kosten: Fr. 20.— (Bar am Wandertag)

Kursleitung/: Diana Schator
Anmeldung Dipl. Physiotherapeutin/Rheumaliga Bern
Leiterin Osteogym./Rheumafit

Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.
Teilnahme auf eigene Verantwortung.

Nächstes Wanderdatum: Freitag, den 31. Januar 2025