



Zwijnenberg

Sint-Gertrudis-Pede

Sint-Martens-Lennik

Sint-Kwintens-Lennik

Gaasbeek

Vlezenbeek

Vijversele

Kleine Vijverselenweg

Grote Vijverselenweg

Oudernaakstraat

Zwijnenbergstraat

Doelestraat

Rinkelstraat

Scheelwedestraat

Steenbergstraat

Groenestraat

N282

Eksterstraat

Groenbeekstraat

Kolvenstraat

Wijverselaan

Wijverselaan

Wijverselaan

Wijverselaan

Wijverselaan

Wijverselaan

Wijverselaan

Wijverselaan

Wijverselaan

Tomberg

K

nt-Kwintens-Lennik

linge

Sint-

## ENKELE THEMAWANDELINGEN

### VIERHOEVENWANDELING

7 km - vertrek Sint-Kwintens-Lennik

1 > 131 > 132 > 119 > 102 > 103 >  
118 > 134 > 139 > 133 > 141 > 1

### TOMBERGWANDELING

8 km - vertrek Sint-Martens-Lennik

10 > 105 > 106 > 107 > 108 > 152  
> 153 > 15 > 154 > 155 > 183 >  
181 > 189 > 109 > 194 > 192 > 191  
> 105 > 10

### KASTELENWANDELING

7 km - vertrek Gaasbeek

11 > 103 > 104 > 123 > 127 > 129  
> 126 > 124 > 111 > 11

### MOEILLEWANDELING

7 km - vertrek Eizeringen

17 > 175 > 168 > 176 > 173 > 177  
> 167 > 165 > 164 > 163 > 174 >  
16 > 172 > 171 > 17

## 10 000 stappen

De dienst Vrije Tijd, sport heeft 5 wandelroutes uitgestippeld in het kader van het 10 000 stappen project. Opmerkelijk is dat deze routes allemaal ongeveer 10 000 stappen lang zijn, net de afstand die een mens nodig heeft om gezond te blijven. Wie dagelijks 10 000 stappen zet, beweegt voldoende voor een positief effect op zijn gezondheid.

Daarom kunnen er ook stappentellers uitgeleend worden bij de dienst Vrije Tijd en bij de bibliotheek. Deze meten elke stap en op die manier kan men proberen om 10 000 stappen per dag te halen.

## Deskundige gids

De streekguides Zuid-West Brabant richten jaarlijks een paar open wandelingen in. Wie zich aanmeldt, op het afgesproken tijdstip en op de aangeduide plaats, kan deelnemen.

Dingen waar je anders voorbijloopt, krijgen leven en kleur. Aandacht gaat naar geschiedenis, kunst, cultuur, maatschappij, legende, folklore, landschap, ecologie en "la petite histoire".

Deze wandelingen vinden iedere derde zondag van de maand plaats, telkens om 14.30 uur. Het einde is voorzien omstreeks 17 uur. De afstand bedraagt tussen 7 en 9 km.

### DEELNAME

0,50 euro per persoon.

