

# VVN Opfriscursus Fiets met praktijk

**Meedoen**  
is makkelijk

Gratis  
deelname

**Veilig Verkeer Nederland** organiseert binnenkort in jouw gemeente (gemeente 's-Hertogenbosch) drie gezellige opfriscursussen voor fietsers van 50 jaar en ouder. Blijf veilig en plezierig fietsen met de VVN Opfriscursus Fiets met praktijk.

## Wat kun je verwachten?

- **Interactieve theorie:** Met behulp van praktische tips, foto's en stellingen over veilig fietsen leren onze trainers je slim omgaan met drukke fietspaden en de conditie van het lichaam.
- **Gezellig samenzijn:** Onder het genot van een kop koffie en een gezellige lunch leer je alles over veilig fietsen en vrij bewegen in het verkeer.
- **Gratis fietsspiegel:** Na de lunch krijg je (indien gewenst) een gratis fietsspiegel geïnstalleerd door een lokale fietsenmaker, die ook controleert of jouw fiets goed voor jou staat afgesteld.
- **Praktijkparcours:** We sluiten de middag af met een praktijkonderdeel bestaand uit oefeningen met en zonder fiets, om veilig en fit aan het verkeer te blijven deelnemen.

## Waar en wanneer zijn de opfriscursussen?

**Locatie: 's-Hertogenbosch (Hintham)**  
**Woensdag 11 juni 2025**

**Locatie: 's-Hertogenbosch (West)**  
**Dinsdag 19 augustus 2025**

**Locatie: 's-Hertogenbosch (Noord)**  
**Woensdag 3 september 2025**

De cursussen duren van 10:00 tot uiterlijk 15:00  
Rond het middaguur verzorgen we voor de deelnemers een lunch.



## Aanmelden

Ben je 50-plusser, woonachtig in de gemeente 's-Hertogenbosch en wil je graag meedoen aan een van de drie opfriscursussen? Meld je dan aan via onze website [www.vvn.nl/agenda](http://www.vvn.nl/agenda) of met behulp van de QR-code.

Voor vragen kun je ons telefonisch bereiken op 088-5248850.



**Let op: Deelname is gratis, maar vol=vol!**  
**Denk om jouw veiligheid in het verkeer en graag tot ziens bij de cursus!**



Iedereen veilig over straat

**VEILIGVERKEER**