

**In het kader van de samenwerking tussen Bob's Adventure Store en Atletiek Vereniging Weert (AVW) stellen wij deze vereniging eens uitgebreider aan je voor.**

AVW is in 1966 opgericht als een vereniging voor wedstrijdatletiek, maar heeft later forse uitbreidingen gerealiseerd met recreatieve atletiek (loopgroepen, conditietraining) en wandelen ("gewoon" wandelen, sportief wandelen, Nordic Walking en GPS-wandelen). Zij zijn nu met afstand de grootste "gewone" sportvereniging van Weert met 974 leden (nov. 2009). De atletiekleden vormen met 530 leden de grootste atletiekvereniging in onze regio (Noord- en Midden Limburg en Oost-Brabant) en met haar 450 wandelaars is de sectie wandelen binnen AVW de grootste wandelvereniging van Limburg.

Deze sectie is zeer actief binnen de vereniging zoals uit onderstaande opsomming blijkt.

Ze regelt wekelijks op zondag en woensdag een wandeling van ongeveer 10-12 km.

Op vrijdagochtend regelen ze een extra wandeling van ongeveer 7-8 km voor beginnende wandelaars.

Woensdag en vrijdag wordt er gewandeld in de omgeving van Weert.

De zondagwandelingen zijn in een straal van 40 km rondom Weert; ook door eigen gidsen uitgezet.

Maandelijks wordt een dagwandeling over langere afstand (20+km) georganiseerd, bij voorkeur over aantrekkelijke wandelroutes buiten Midden-Limburg.

Zes keer per jaar organiseren ze grote openbare wandelingen: De Winter-, Lente-, en Herfsttocht, een Nordic Walking tocht, plus de Avondvierdaagse. De zesde tocht is in samenwerking met voetbalvereniging Wilhelmina '08 uit Weert. Deze Smoûzetocht is een "culinaire wandeling" van ongeveer 15 of 20 km waarbij onderweg op een aantal pauzeplaatsen de diverse gangen van een complete maaltijd worden geserveerd.

Naast dit alles zijn er nog vijf trainingen Sportief Wandelen en drie trainingen Nordic Walking per week.

Sportief Wandelen is een conditietraining met verschillende oefeningen waarbij het hardlopen is vervangen door wandelen met verschillende snelheden.

Nordic Walking is een ander type conditietraining en vooral zeer geschikt voor beginners en wandelaars die hun heupen en knieën willen ontlasten en ook armen en schouders willen trainen.

Sinds januari 2008 is er een actieve GPS commissie. Bijna alle wandelingen worden door eigen gidsen als GPS-track vastgelegd en zijn nu voor iedereen te gebruiken/downloaden, via de site [www.avweert.nl](http://www.avweert.nl) (wandelsport / gps-wandelingen). **Inmiddels zijn er ruim tweehonderd wandelingen tussen de 7 km en 23 km te downloaden** (de meeste binnen onze regio maar ook al wandelingen daarbuiten).

Een van de belangrijkste kenmerken van AVWeert is de rol die de vrijwilligers steeds hebben gespeeld en de gezellige sfeer die er heerst tijdens de georganiseerde activiteiten. Vooral de sectie wandelen mag spreken van een groot aantal enthousiaste vrijwilligers die zich wekelijks inzetten om de vele wandelaars een gevarieerde wandeling te kunnen aanbieden. Kortom: wie graag wandelt zal uit bovenstaande kunnen opmaken dat een lidmaatschap van AVW het proberen waard is.

Wij van Bob's Adventure Store, zijn blij met de samenwerking met deze club, en verwachten dat het voor beiden een grote toegevoegde waarde zal hebben.