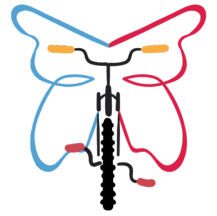


*Pyöräilyn edistäminen Riihimäen ja  
Hyvinkään seuduilla ry järjestää*



# Omaishoitajien pyörälenkki

**Helatorstaina 9.5. klo 10-12**  
**Lähtö- ja paluu Hyvinkään**  
**Omaishoitajien toimistolta**  
(Kansankatu 10 B 28, Hyvinkää)

Pyörälenkki on suunniteltu aikuisille.  
Lenkin vaativuustaso on helppo, etenemme hitaasti.  
Mukaan mahtuu kahdeksan pyöräilijää.

## Huomioitavaa

- oma polkupyörä, joka on toimiva ja turvallinen
- oma pyöräilykypärä (pakollinen varuste)
- ota mukaan juotavaa ja pientä evästä
- vaatetus sään mukaan
- jos sinulta löytyy varasisäkumi, ota se mukaan
- tarkista, että omassa matkapuhelimessasi on akku täynnä
- ilmoita vetäjälle mahdollisista terveysongelmista tai mahdollisista rajoitteista



Pakollinen ennakoilmoittautuminen  
viimeistään kaksi tuntia ennen lenkkiä  
Patricia Holmbergille:  
tekstiviestillä puh. 045 671 1814 tai  
sähköpostitse: [patricia.holmberg@perh.fi](mailto:patricia.holmberg@perh.fi)  
Lisätietoja yhdistyksestä: [www.perh.fi](http://www.perh.fi)