

10.000 stappen - elke stap telt!

10.000 stappen - elke stap telt!

Het Vlaams instituut Gezond Leven en Sport Vlaanderen bundelen samen met onze gemeente voor het 10.000 stappenproject - elke stap telt.

Dit vierjarig project is van start gegaan in 2021, waarbij wij als lokaal bestuur via beweegvriendelijkere omgevingen willen gaan naar een gezondere stad.

Het eerste jaar(2021) was om te sensibiliseren, waarbij er in het stadsbeeld verschillende signalisatiematerialen zijn opgehangen.



In 2022 ontwikkelden wij 2 nieuwe beweegroutes op **domein Jagersborg**.

Er is een blauwe route van 2,9 km en een paarse route van 6,8 km.

De officiële opening was er in maart 2023.

LET OP: Na hevige regenval kan er vooral bij de paarse route een stukje moeilijk of niet toegankelijk zijn. Laarzen zijn dan zeker aan te raden!

In 2024 hebben we wandelingen gepromoot vanuit clubs en verenigingen. Verder deden we in de maand Mei mee aan de stappenclash en probeerden we met onze inwoners **Maaseik naar de overwinning te stappen!**

<https://10000stappen.gezondleven.be/>

Oude 10.000 stappenroutes kunnen jullie **hier** terugvinden!

Er is een 4000- en een 10.000 stappenroute in Heerenlaak, vertrekkende aan de parking Heerenlaakplas.

Verder is er nog een 4000 stappenroute vertrekkende in Bergerven(Ketelstraat) en een 10.000 stappenroute vertrekkende in Bergerven en op de Dorperheideweg in Opoeteren.

