

Wie en wat zijn de 'SoleMateS'?

Wij zijn een groep mensen van uiteenlopende leeftijden en pluimage. Met elkaar hebben wij gemeen dat we uit de omgeving van Elst komen en van ontspannen wandelen houden. Daarnaast vinden we het interessant om samen uitstapjes te maken. Niet iedereen heeft een partner of kennis die mee wil naar de film of het theater.

Stichting SoleMateS is 12 augustus 2019 opgericht maar we hebben in het verleden een 300 unieke wandelingen uitgezet. Met enige regelmaat komen er nieuwe geïnteresseerden, we kennen elkaar dus niet allemaal. Zo vinden er telkens nieuwe ontmoetingen plaats. De sfeer bij de wandelingen is open en gezellig. Mensen leggen makkelijk contact met elkaar en zo praat je met deze of gene en dan weer met die. Voor nieuwe mensen is het daardoor makkelijker om mee te wandelen en om in de groep te worden opgenomen.

Wanneer wandelen

Iedere vrijdag verzamelen we om 08:45 uur en starten om exact 09:00 uur. In de zomermaanden wandelen we ook in de avond. Zie de agenda op deze site voor de volgende geplande wandelingen. Wij hanteren geen regels over de frequentie dat je mee wandelt. De een komt altijd of regelmatig, de ander een keer in de zoveel maanden. Een ieder is daar vrij in.

Waar wandelen

Om het voor iedereen uit Elst Overbetuwe en directe omgeving haalbaar te houden, vinden de wandelingen in een straal van circa 30 km plaats. We wandelen veelal elders waarbij we zorgen dat we elkaar helpen met vervoer middels carpoolen (bijdrage). Soms is er tijdens of na de wandeling een gelegenheid waar we wat kunnen drinken of eten (of kofferbakkoffie). Maar het is wel handig om altijd zelf drinken en eventueel iets te eten mee te nemen. Afhankelijk van de mogelijkheden en de momenten waarop we kiezen te pauzeren, kan het ook zijn dat we gewoon ergens op een mooi plekje pauzeren, waar geen horeca in de buurt is. Denk ook aan water, hoedje, regenponcho of tekenspray.

Hoe wandelen

De insteek van onze wandelingen is recreatief en sociaal, met ruimte om van de omgeving te genieten. Dit betekent bijvoorbeeld dat we tijdens het wandelen nog wel eens hier of daar even kort stil staan om iets moois of bijzonders te bekijken. Onze wandelingen zijn zo'n 10 km lang en nemen de tijd voor een ontspannende pauze, meestal op een bankje of op de grond op een leuk plekje langs de route en soms bij een horecagelegenheid. In de praktijk betekent dit een goeie pauze bij onze kortere wandelingen tot een tweede korte (tot langere) pauze erbij tijdens middellange wandelingen tot twee ontspannen pauzes en lunch bij onze langste wandelafstanden. Als er horeca is, dan zorgen we vaak dat we óf tijdens óf na de wandeling ergens een kopje koffie drinken. Omdat niet iedereen dezelfde wandelsnelheid

aanhoudt (en dat ook niet hoeft) waaiert vaak de groep zo nu en dan wat uit en wachten we regelmatig bij bochten/afslagen weer even op elkaar. Uiteindelijk blijven we dus als groep altijd bij elkaar in de buurt.

De doelgroep:

- sociale gezellige mensen uit de omgeving van Elst Overbetuwe
- houden van buiten zijn
- vinden het gezelliger om samen wat te ondernemen
- ho ho, maar niet (per sé) voor de langere afstanden gaan
- gemiddeld 5 km per uur kunnen lopen
- minimaal 18 jaar oud bent (of begeleiding mee neemt)
- soms thematische wandelingen

Belangrijk:

Wie zich tot ons concept voelt aangetrokken, is welkom om mee te lopen. Omdat de hoofddoelgroep mensen uit Elst Overbetuwe en directe omgeving zijn, is het startpunt altijd in Elst. Let wel:

- de doorstart is veelal elders, in een straal van 30 km van Elst
- Wie hier geen problemen mee heeft, elders woont, kan meelopen.

Onze wandelgroep

Het is echt *Onze* wandelgroep. We kijken of het 'format' werkt of dat het op punten kan worden aangepast. Het betekent ook dat iedereen een wandeling kan organiseren of voorstellen, graag zelfs!

Dus als je het leuk vindt om een wandeling te organiseren, dan kan dat. Het kost niet veel werk. Desgewenst gaat er begeleiding mee.

Je hoeft alleen maar (min of meer) een route te plannen/uitzoeken en deze in een paar zinnen omschrijven, waar is het startpunt, waar de pauze, is er parkeergelegenheid. Kortom, we helpen je. Je kunt per e-mail je geplande wandeling, inclusief wandeldata opsturen. Vragen hierover stellen, of overleggen kan natuurlijk altijd per e-mail of bij een wandeling.

Laat weten als je het leuk vindt om na een wandeling een verhaaltje erover te schrijven. Dit plaatsen we op Facebookpagina SoleMateS.

Hoe ontstaan

De wandelgroep is vanuit een andere wandelgroep 12 augustus 2019 opgericht. De reden was dat de belangen uiteen liepen. Met een twintigtal mensen hebben we besloten niet alleen te wandelen maar ook samen uitstapjes te maken. Het aantal deelnemers groeit gestaag.

Wandel je mee?

Als dit alles je wel aanspreekt en je wilt meewandelen, of als je nog vragen hebt, neem dan vooral contact op via solemates.one@gmail.com Als je daarbij laat weten mee te willen lopen, dan zetten wij je op de deelnemerslijst en krijg je van ons een reactie met aanvullende belangrijke informatie. Na deze bevestiging van je aanmelding kun je zelf kijken wanneer je wilt

meelopen en je voor die wandelingen aanmelden via de Whatsappgroep. Een paar keer per jaar wordt er een nieuwsbrief verstuurd. Ook als je er niet zeker van bent of het wat voor je is, kun je gewoon een keertje meewandelen. Het geeft helemaal niet als je dan (of na een paar keer) tot de conclusie komt dat het niet helemaal je ding is. Maar misschien ontdek je dan wel dat je het toch wel heel gezellig vindt en lekker om in de natuur te wandelen. In totaal hebben er bijna tweehonderd mensen met ons gewandeld. Niet iedereen blijft komen en de een wandelt ook vaker mee dan de ander, dus er is altijd ruimte voor meer wandelaars.

Disclaimer:

Wij (d.w.z. deze wandelgroep in het algemeen en de oprichter in het bijzonder) kunnen niet aansprakelijk worden gesteld voor schade en/of letsel, opgelopen tijdens een van de activiteiten van SoleMates.