

Nieuwsbericht Fluitend op de Fiets

De dagen worden langer en de temperaturen gaan langzaam omhoog. Dat nodigt uit om op de fiets te stappen! Wat is er nou fijner dan de wind door je haren en de zon op je gezicht te voelen terwijl je naar de supermarkt, sportclub of door het bos fietst? Fietsen is leuk en het helpt je ook nog eens om langer gezond, sociaal actief én zelfredzaam te blijven. Toch kunnen we ons voorstellen dat het allemaal niet zo vlot en soepel meer gaat als vroeger. We kennen allemaal wel die ene lastige bocht of dat drukke kruispunt dat ons soms onzeker maakt en laat twifelen.

Één ding is zeker: Fluitend de lente in fietsen lukt alleen als je zeker in het zadel zit. En dat is makkelijker dan je denkt. Met een paar simpele maatregelen en oplossingen blijf je zeker, veilig en plezierig doorfietsen zoals je je leven lang al gewend bent. Het landelijk programma Doortrappen helpt je met advies en ondersteuning bij het veilig blijven fietsen. Zo vind je op de website van Doortrappen een aantal oefeningen voor een goede balans en coördinatie, een keuzewijzer om de perfecte fiets te vinden en korte filmpjes met handige tips om veilig te blijven fietsen.

Nieuwsgierig geworden? Klik dan snel op [deze link](#) en fiets dit voorjaar de zon tegemoet!

Het programma 'Doortrappen' is een initiatief van het Ministerie van Infrastructuur en Waterstaat. Provincie Gelderland werkt aan een actieve Doortrappen provincie. Daarom ondersteunt zij gemeenten in dit programma en zijn er inmiddels 21 Doortraproutes in Gelderland ontwikkeld. Die vind je via [deze link](#).