



## Lättvikt och lättlagat! (Tavelsjöberget)

Vandring behöver inte innebära tung packning på ryggen. Det finns många knep för att minska vikten. Andreas Neves visar hur det kan göras och vad som är viktigt att tänka på. Förutom att du får klämma och känna på en massa prylar kommer du även att få tillaga och provsmaka lätt och lättlagad mat på olika varianter av kök.

Dessutom vandrar vi till toppen på Tavelsjöberget och njuter av både mat och utsikt.

### När? (Tre tillfällen att välja på)

- Söndag 17 juli, kl. 15.00
- Söndag 14 augusti, kl. 15:00
- Söndag 28 augusti, kl. 15.00

### Övrig info:

- **Plats:** Tavelsjöbergets parkering, Tavelsjö.
- **Svårighetsgrad:** Medelsvår sträcka med ganska brant stig.
- **Utrustning att ta med:** Kläder för väder, kåsor för mat och kaffe samt bestick.
- **Övrigt:** Turen pågår ca 3 timmar. 50 kr självkostnad per person för mat och dryck.

### Kontaktuppgifter till guiden:

Namn: Andreas Neves

Mail: [Andreas.Neves@gmail.com](mailto:Andreas.Neves@gmail.com)

Telefon: 0703601997