

Wandel Marathon van Egmond!

In het weekend van 21 en 22 januari 2012 wordt de 9^e PWN Egmond Wandel Marathon gehouden. Tijdens deze winterklassieker wandelt u 10 of 21 km door het Noordhollands Duinreservaat. Zaterdag wordt de Zuidroute richting Castricum gewandeld en op zondag de Noordroute richting Schoorl. De nordic walkers lopen andersom.

Voor het 3^e jaar staan de podotherapeuten van Podotherapie NHN de gehele dag met een stand in Sporthal De Watertoren om u informatie te geven over ons beroep en de mogelijkheden die wij hebben om uw voetklachten te behandelen.

Mocht u klachten hebben door het wandelen, dan kunnen wij ter plekke kijken wat de mogelijke oorzaak is en u van advies dienen.

Tevens is het dit jaar mogelijk om uw blessure (tegen een kleine vergoeding) te laten behandelen met behulp van Medical Taping, waardoor het mogelijk wordt om zondag alsnog een afstand te wandelen of zonder al te veel pijn thuis te komen.

Op de website van de wandelmarathon staan nuttige tips hoe u zich kunt voorbereiden op deze tocht; onder het kopje `[voorbereiden](#)`.

Wij zien u graag op 21 en 22 januari in Egmond.