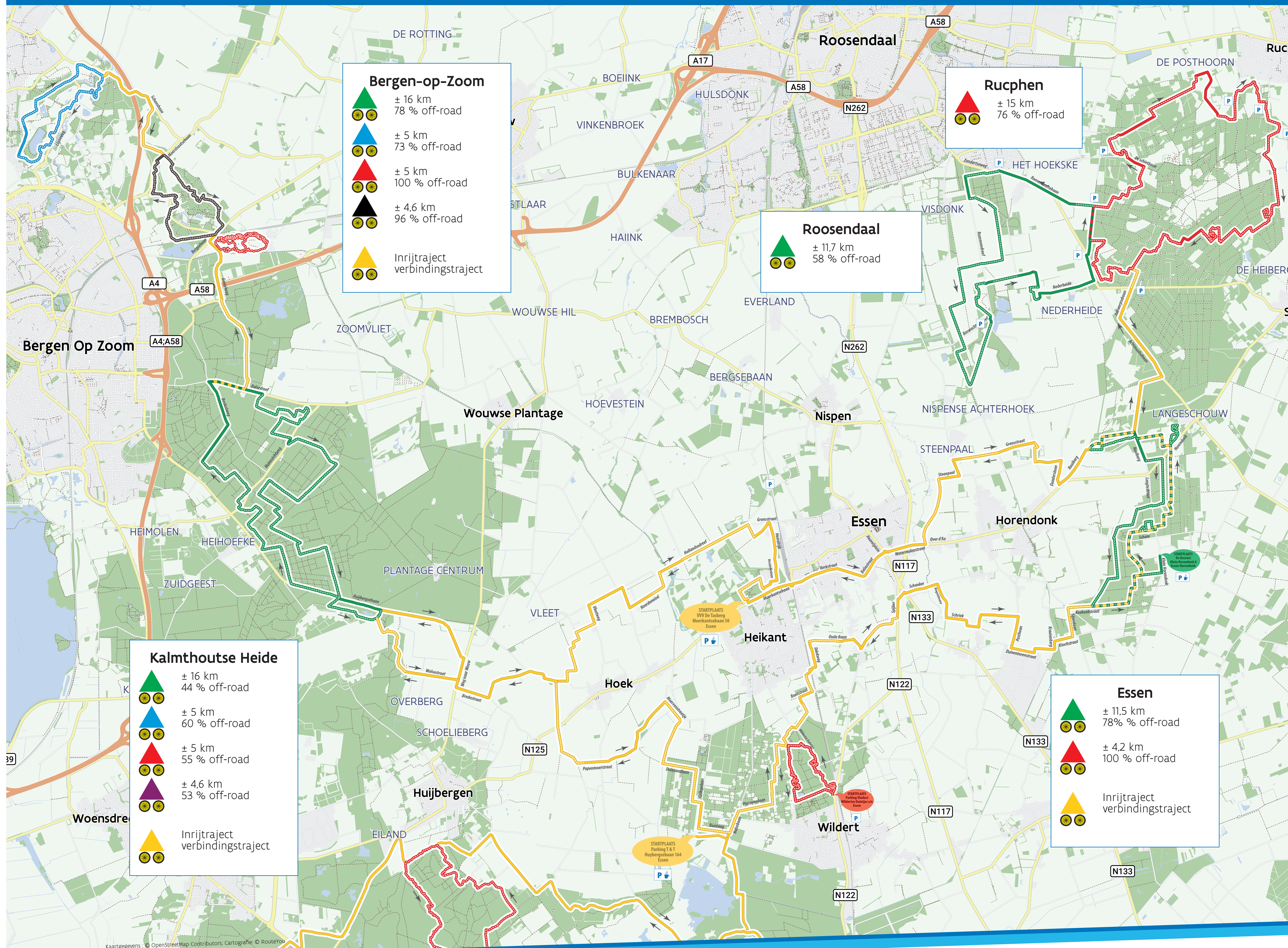




# Grensoverschrijdend Netwerk Essen

Realisatie  
Sport Vlaanderen,  
gemeente Essen



## Gedragsregels

- Blijf op de bewegwijzerde wegen of paden.
- Respecteer natuur en omgeving:  
laat geen afval achter, breng geen beschadigen aan en wees niet te luidruchtig.
- Wees sportief en geef voorrang aan andere recreanten.
- Sport veilig:
  - oefen regelmatig en ga niet onvoorbereid tot het uiterste;
  - sporten is slechts gezond als het regelmatig gebeurt.
- Rij veilig:
  - volg steeds de verkeersregels en -tekens;
  - draag steeds een helm;
  - let op bij gevaarlijke kruispunten;
  - zorg dat je mountainbike in orde is.

## Info en probleemmelding

Voor meer informatie, melden van problemen (bv. verdwenen signalisatie) contacteer de respectievelijke gemeentediensten of via de website van Sport Vlaanderen (QR).

