



2. halvår 2022

43. årgang



Rejseholdet fra Porto Santo januar 2022



Fjordrejer i trængsel til vores populære rejseaften - denne gang med 90 deltagere

- ★ Ø-tur til Tåsinge
- ★ Madpakketur til Krengerup
- ★ Kertemindevandring
- ★ Vandring ved Fjordens Dag
- ★ Rejseinformationsaften
- ★ Musikalsk klubaften
- ★ Juleafslutning
- ★ Kertinge Nor Rundt

HUSK: Musikalsk klubaften 26. oktober

Munkebo Fodslaw er tilsluttet Vandreforeningen Fodslaw





Nu står du igen med et nyt Fodslaw Tidende, der er fyldt med gode tilbud om vandringer og andre aktiviteter. Mange gode tilbud, så nu skal der prioriteres og sættes krydser i kalenderen. Jeg håber vi ses til mange vandringer og arrangementer i løbet af sommeren og efteråret.

Slutningen af 2021 og første del af året 2022 var endnu præget af aflysninger pga. coronaen. Vores traditionsrige tur „Vinterturen Noret Rundt„ kunne gennemføres uden at komme i konflikt med restriktionerne. Alt klappede, og alt var klar til en dejlig vandredag. Da vi så kom ud om morgenen, var der desværre kommet et kraftigt isslag, der gjorde fortove og stier spejlglatte. Vi listede os frem til Kulturhuset, men islaget var desværre slemt overalt, så vi måtte aflyse.

Corona-restriktionerne medførte også, at Nytårsmotion i januar blev udskudt til 2. april. Det blev så en „Nytårsmotion med Forårsfornemmelser„. 123 deltagere var mødt frem til en god dag med bingovandring og kaffe/kage. Der var ekstra fine præmier i år, da vi havde været så heldige at få tilskud fra Nordea-Fonden.

Generalforsamlingen 23. febr. var igen et tilløbsstykke med 123 deltagere. Der var genvalg til bestyrelsen af Solvejg Nielsen og Henning Valter, medens Elin Knudsen udtrådte og blev erstattet af Tage Damm. Som ny suppleant blev Bjarne Christensen valgt. Som altid - tak for jeres store opbakning.

Resten af forårets arrangementer blev afviklet efter planen, og deltagerantallet har været stigende efter ophør af restriktionerne. Bestyrelsen arbejder for, at der skal være mange forskelligartede tilbud, hvor motionsturene er en meget vigtig del af aktiviteterne. Alle motionsture har en turleder. Vi har mange turledere i Munkebo Fodslaw, der alle gør sig umage for at planlægge den enkelte tur, så det bliver en god tur. Det er spændende at planlægge en ny tur, hvor der skal vælges en passende rute og findes et godt sted at holde pause. Hvis du har lyst til at prøve at være turleder, er du velkommen til at henvende dig til mig, så du kan få hjælp til at komme i gang. Det er selvfølgelig helt uforpligtende at henvende sig.

Munkebo Fodslaw har som bekendt også tilbud om udflugter samt kortere og længere rejser. Efter mange aflysninger pga. coronaen fik vi igen luft under vingerne og startede året 2022 med en vintertur til Porto Santo og en bustur til Gavnø. Flere ture og rejser er planlagt, og det meste er udsolgt.

Tak til alle for deltagelse i vandringer, arrangementer, udflugter og rejser.

Jeres store interesse og fremmøde lover godt for fremtiden.

Vel mødt til 2. halvår 2022.

Niels Ole



Søndag 31. juli - Ø-tur til Tåsinge

Årets ø-tur går til Tåsinge. Vi mødes **kl. 10.00** ved p-pladsen Valdemar Slot (Slotsalléen). Herfra går vi gennem slotsområdet og videre til Nørreskoven syd for slottet. Vi vandrer i skoven langs vandet (Lunkebugten) hen til åstedet, hvor Elvira Madigan og Sixten Sparre døde under ulykkelige omstændigheder. Vi går tilbage til Valdemar Slot gennem skoven, hvor vi også lige skal se den 400 år gamle eg „Ambrosius-egen„. Den samlede vandring er på 8-9 km. Hvis man vil gå lidt kortere vil turen gennem skoven blive afkortet, så den kun bliver ca. 5 km.



Fra Valdemar Slot kører vi samlet til **Bregninge Mølle**, hvor der kl. 13 serveres en frokostplatte med øl/vand samt kaffe og småkager.

Pris for hele frokostenretningen er **kr. 150**.

Turledere: Lars-Ole Christensen - tlf. 2235 7105 - lars-ole50@hotmail.com
Kirsten Vinding - 5170 8411 - kvinding@hotmail.com.

Tilmelding til turlederne senest fredag 22. juli.

Betaling for frokosten - kr. 150 - skal indbetales til foreningens konto **senest 21. juli** - konto 3596 9060015349 eller Mobile pay 36918 - mrk. Ø-tur.

Man er naturligvis velkommen til at deltage i vandringen uden spisning, man møder bare op.

Tirsdag 2. august - Fynshoved

Vi starter som sædvanligt sæsonen med en tur på Fynshoved, men det bliver lidt anderledes i år. Flere har påpeget, at 5 km aldrig kommer helt rundt om „hovedet,, så det prøver vi at gøre noget ved.

Start: kl. 19.00 på p-pladsen helt ude ved „hovedet,, (og ikke som vi plejer ved campingpladsen).

Der er ruter på 5 og 10 km. **Turledere:** Tage Damm og Lene Rueskov Nielsen. Fodslaw giver en øl/vand efter turen.

Det nye startsted betyder, at vi ikke ender ved ishuset på campingpladsen, men vi kan jo alligevel mødes til en is, når vi er færdige med vandringen.

Tirsdag 9. august - Besøg af Fodslaw Odense

Traditionen tro byder vi velkommen til vores „naboklub,, Fodslaw Odense.

Start: kl. 19.00 ved Troelskærsalen, Lindøalleen 51, 5330 Munkebo

Der er ruter på 5 og 8 km. **Turledere:** Bjarne Christensen og John Andersen

Efter turene er Munkebo Fodslaw vært ved kaffe og brød i Troelskærsalen.

Søndag 14. august - Madpakketur til Krengerup



Denne tur har tidligere været på programmet, men måtte aflyses pga. Corona - men nu skal det være!

Vi mødes **kl. 10.00** ved Hørvævmuseet, Nårupvej 36, 5620 Glamsbjerg. Det er et meget smukt område at vandre i, og der er forskellige vandreruter.

Karin og Arent er turledere og fortæller undervejs om godset og parken.

Efter vandringen går vi til Hørvævmuseet, hvor vi spiser den medbragte mad. Her vil der være dækket op til os, og der bliver serveret en øl/vand til frokosten på foreningens regning. **Man skal selv medbringe madpakke.**

Efter frokosten er der mulighed for en rundvisning i Hørvævmuseet med guide. Dette besøg koster kr. 50 pr. person og skal bestilles/betales i forvejen. Vil man ikke med på museet, afslutter man blot turen her.

Tilmelding: til Karin - tlf. 2382 3893 - karin.troest@mail.dk **senest 1. august.**

Betaling for museumsbesøg kr. 50 til foreningens konto 3596 9060015349 - Mobile pay 36918 **senest 1. august. - mrk. „Krengerup,,**



På Hørvævmuseet væves der på 100 år gamle maskinvæve. De stammer alle fra det nedlagte Tommerup Væveri og er et stykke industrihistorie, som bliver gjort levende af et stort antal frivillige.

Her fremstilles damaskduge, servietter, olmerdug, viskestykker og meget andet efter de gamle mønstre.

Dette arrangement er kun for medlemmer af Munkebo Fodslaw

Søndag 21. august - Ræthingemarch

Startsted: Rolfsted Skole, Skolevej 16, 5863 Ferritslev

Ruter: 5, 10, 17 og 25 km

Starttid: fra kl. 9.00 - alle skal være i mål kl. 16.00.

Startkort: kr. 25

Fodslaw Midtbyn arrangerer. Tilmelding ikke nødvendig - man møder bare op.



Kertemindevandring 2022

Søndag den 4. september



Munkebo Fodslaw inviterer for 5. gang til "Kertemindevandring" i og omkring Kerteminde by.

Start/mål: Kulturhus Fjorden, Regnar Langesvej 1, 5300 Kerteminde

Distancer: 5, 11 og 22 km - afmærkede ruter

Starttider: Kl. 10-11

Startgebyr:

Startkort (deltagergebyr)	kr. 25
Startkort med diplom	kr. 30
Startkort med bjælke	kr. 30

Børn under 12 år er gratis i følge med betalende voksne.
Startkortet giver efter gennemført tur ret til foreningsstempel og IVV-stempel

Tilmelding: Tilmelding for enkeltpersoner er ikke nødvendig - man møder blot op.



På turene kommer vi rundt i Kertemindes hyggelige købstadsmiljøer og byens enestående maritime miljø i havneområdet samt de nye naturområder i "Sybergland". På de længere ruter går turen gennem de bynære skovområder langs med Kertemindebugten og skovene ved Lundsgård Gods.

Under besøget i Kerteminde anbefales det i øvrigt at besøge Johannes Larsen Museet, Fjord- og Bælt Center og/eller Vikingskibsmuseet i Ladby.



Arrangør:

Munkebo Fodslaw - Solbakken 726 - 5330 Munkebo

Nærmere oplysninger: Niels Ole Jensen - tlf. 2320 5425 - nielssole69@gmail.com

Se mere på www.munkebofodslaw.dk.

Tilsluttet:



Dansk Motions Forbund



Dansk Firkædet Forbund



Det Internationale Folkesports Forbund



Vandreforeningen Fodslaw

Søndag 11. september - Vandring ved Fjordens dag



Havnen ved Boels Bro i Munkebo er hjemsted for en masse aktiviteter i forbindelse med Fjordens Dag.

Munkebo Fodslaw har en stand på pladsen ved Boels Bro. Denne uges motionstur er derfor med start fra vores stand.

Start kl. 10: Ruten er på 5 km i området ved Munkebo Bakke og Boels Bro.

Turleder er Kirsten Josefsen..

Kom til „Boels Bro,, - oplev stemningen, se de mange stande og gå en tur med Fodslaw. Det er gratis at deltage.

Evt. flere oplysninger hos Niels Ole Jensen - tlf. 2320 5425

Onsdag 5. oktober - Rejseinformationsmøde



Denne aften præsenterer vi foreningens rejseprogram for 2023 og rejselederne fortæller kort om turene.

Sted: Troelskærsalen
Lindøalleen 51, 5330 Munkebo

Tid: Kl. 19.00-21.30.

Der serveres et let traktament i løbet af aftenen. Drikkevarer købes til de kendte Fodslaw-priser. Det er gratis at deltage.

Tilmelding:
Judith - tlf. 2572 1202 eller
pjel@post.tele.dk **senest 28. sept.**

Dette arrangement er kun for medlemmer af Munkebo Fodslaw



Kommende arrangementer

Aktivitetsoversigt 2. halvår 2022

På disse sider finder du en oversigt over alle de aktiviteter, der er planlagt i resten af 2022. Det gælder mandagsture, torsdagsture, motionsture tirsdag aften, lørdag/søndag og andre arrangementer.

Arrangementerne i 2. halvår er beskrevet nærmere her i bladet.

		Tilmelding
Søndag 31. juli	Ø-tur til Tåsinge	Lars-Ole/Kirsten sen.26.7
Tirsdag 2. aug.	Sæsonstart på Fynshoved	Ingen
Tirsdag 9. aug.	Besøg af Fodslaw Odense	Ingen
Søndag 14. aug.	Madpakketur til Krengerup	Karin Trøst sen. 1.8.
Onsdag 17. aug.	Bustur til Den genfundne Bro	Udsolgt
Søndag 21. aug.	Ræthingemarch	Ingen
Søndag 4. sept.	Kertemindevandring	Ingen
Søndag 11. sept.	Fjordens Dag	Ingen
20.-21. sept.	Bustur til Krondyrsafari	Udsolgt
Onsdag 5. okt.	Rejseinformationsaften	Judith sen. 28.9.
9.-16. okt.	Flyrejse til Kreta	Lilian – evt. venteliste
Søndag 23. okt.	Bustur til Teglværksvandring	Lilian – få pladser
Onsdag 26. okt.	Musikalsk klubaften	Solvejg sen. 20.10
Torsdag 3. nov.	Virksomhedsbesøg Ellelund	Kirsten J. sen. 26.10.
Søndag 6. nov.	Odense Åvandring	Ingen
Lørdag 26. nov.	Juleafslutning	Judith sen. 17. 11.
Søndag 4. dec.	Julemærkemarch	Ingen
Søndag 18. dec.	Suppetur	Ingen
Tirsdag 27. dec.	Julemotion i Odense	Ingen
Onsdag 28. dec.	Vinterturen Kertinge Nor rundt	Ingen
Søndag 8. jan.	Nytårsmotion	Ingen

BLIV MEDLEM AF MUNKEBO FODSLAW

Der er mange fordele ved at være medlem af Munkebo Fodslaw, og det er nødvendigt for at kunne deltage i vores rejser og arrangementer.

Indmeldelse kan ske på www.fodslaw.dk - klik på fanen „bliv medlem,“ og følg vejledningen. HUSK at skrive, at indmeldelsen gælder Munkebo. Indmeldelse kan også ske ved henvendelse til kasserer, næstformand eller formand - se mailadresser og telefonnumre på bagsiden af bladet.

Kommende arrangementer

„Mandagsholdet,, - alle ture starter kl. 10.00

Tid	Mødested	Turleder
Mandag 1. aug.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Inga Larsen
Mandag 8. aug.	MIC - Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Kirsten Boysen
Mandag 15. aug.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Else Rasmussen
Mandag 22. aug.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Karin Trøst
Mandag 29. aug.	MIC - Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Grethe Krongaard
Mandag 5. sept.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Lilian Munch Pedersen
Mandag 12. sept.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Kirsten Konge
Mandag 19. sept.	MIC - Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Kirsten Boysen
Mandag 26. sept.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Lene Kristiansen
Mandag 3. okt.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Inga Larsen
Mandag 10. okt.	MIC - Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Bjarne Christensen
Mandag 17. okt.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Sigrid Rasmussen
Mandag 24. okt.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Erik Esbensen
Mandag 31. okt.	MIC - Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Knud Pedersen
Mandag 7. nov.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Jette Vikkelsø
Mandag 14. nov.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Kirsten Konge
Mandag 21. nov.	MIC - Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Lene Kristiansen
Mandag 28. nov.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Birte Lillesø
Mandag 5. dec.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Karin Trøst
Mandag 12. dec.	MIC - Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Kirsten Boysen
Mandag 19. dec.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Else Rasmussen

Vi går i moderat tempo (3,5-4,5 km/timem) og turens længde er ca. 5 km

Kommende arrangementer

Motionsture torsdag formiddag - alle ture starter kl. 10.00

Tid	Mødested	Turleder – 5 km/10 km
Torsdag 4. aug.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Jette Vikkelsø/ Carlo Christiansen
Torsdag 11. aug.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Margrethe Bakmand/ Karin Petersen
Torsdag 18. aug.	MIC - Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Lene Kristiansen/ Tage Damm
Torsdag 25. aug.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Birgit Christensen/ Niels Mortensen
Torsdag 1. sept.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Karin Trøst/ Arent Josefsen
Torsdag 8.sept.	MIC - Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Anne Sofie Christensen/ Henning Valter
Torsdag 15. sept.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Kirsten Glans/ Ib Nielsen
Torsdag 22. sept.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Solvejg Nielsen/ Henning Nielsen
Torsdag 29. sept.	MIC - Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Sigrid Rasmussen/ Niels Ole Jensen
Torsdag 6. okt.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Lilian Munch Pedersen Niels Mortensen
Torsdag 13. okt.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Margrethe Bakmand/ Birgit Larsen
Torsdag 20. okt.	MIC - Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Poul Erik Hansen/ Judith Lynggaard
Torsdag 27. okt.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Else Rasmussen/ Kirsten Glans
Torsdag 3. nov.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Leila Andersen/ Majbritt Hansen
Torsdag 10. nov.	MIC - Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Anne Sofie Christensen/ John Andersen
Torsdag 17. nov.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Arne Kristiansen/ Aase Dahl Mackenhauer
Torsdag 24. nov.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Karin Trøst/ Arent Josefsen
Torsdag 1. dec.	MIC - Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Arne Kristiansen/ Tage Damm
Torsdag 8. dec.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Birgit Christensen/ Niels Mortensen
Torsdag 15. dec.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Lene Mikkelsen/ Tage Mikkelsen
Torsdag 22. dec.	MIC - Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Kirsten Boysen/ Judith Lynggaard

På alle turene kan der vælges mellem en 5 km tur (vi går 3,5-4,5 km/timen) eller en 10 km tur (vi går 4,5-5,5 km/timen).

Kommende arrangementer

Motionsture tirsdag aften/weekend

Tid	Mødested	Turleder
Tirsdag 2. aug. kl. 19.00	Fynshoved, P-pladsen lige før "hovedet", 5390 Martofte – bemærk nyt startsted. Der er ruter på 5 og 10 km. Se særlig omtale.	Tage Damm Lene Rueskov Nielsen
Tirsdag 9. aug. kl. 19.00	Troelskærsalen, Lindoalleen 51, 5330 Munkebo. Der er ruter på 5 og 8 km . Besøg af Fodslaw Odense – se særlig omtale	Bjarne Christensen/ John Andersen
Tirsdag 16. aug. kl. 19.00	Fællestur ca. 8 km med besøg i Lenes kolonihave. P-pladsen ved Vør Frelser Kirke, Ejbygade 24, 5220 Odense SØ	Lene Rueskov Nielsen
Tirsdag 23. aug. kl. 19.00	Pårup Kirke, Pårupvej 64, 5210 Odense NV Fællestur på ca. 7 km	Sigrid Rasmussen/ Niels Ole Jensen
Tirsdag 30. aug. kl. 19.00	Statuer i Odense. P-plads ved Silvan, Roersvej 33, 5000 Odense C. Fællestur på 7-8 km.	Lene Rueskov Nielsen.
Søndag 4. sept.	Kertemindevandring – Kulturhus Fjorden, Regnar Langesvej 1, 5300 Kerteminde. Se særlig omtale	Afmærkede ruter
Søndag 11. sept. Kl. 10.00	Vandring ved "Fjordens Dag". Boels Bro, 5330 Munkebo. Rute på 5 km. Se særlig omtale.	Kirsten Josefsen
Lørdag 17. sept. Kl. 13.30	Sybergland og besøg hos Sybergkvæg P-pladsen ved Kverneland, Tårup Strandvej 25, 5300 Kerteminde Ruter på 5 og 10 km Se særlig omtale	Poul Erik Hansen/ Judith Lynggaard
Lørdag 24. sept. kl. 13.30	Langeskov Center, Centerortvet , 5550 Langeskov Ruter på 5 og 10 km.	Lene Mikkelsen/ Tage Mikkelsen
Lørdag 1. okt. kl. 13.30	Vandring og besøg på Refsvindinge Bryggeri, Nyborgvej 80, 5853 Ørbæk. Fællestur ca. 8 km	Jørgen Blohm
Lørdag 8. okt. kl. 13.30	Ullerslev Forsamlingshus, Odensevej 44, 5540 Ullerslev – fællestur ca. 8 km	Jørgen Blohm
Søndag 16. okt. kl. 10.00	P-plads Dalum Bibliotek, Dalumvej 95, 5250 Odense SV – fællestur ca. 8 km	Lise Toftthøj
Lørdag 22. okt. kl. 13.30	Strandvænget, Nyborg, Skaboeshusevej 124, 5800 Nyborg. Ruter på 5 og 10 km.	Karin Trøst/ Arent Josefsen
Lørdag 29. okt. kl. 13.30	Måle Strand, p-plads for enden af Stengårds Vænge, 5300 Kerteminde. Ruter på 5 og 10 km	Jesper Knidsen/ Gudrun Knudsen
Lørdag 5. nov. kl. 13.30	P-pladsen ved H.C. Andersenskov, Svendsagervej, 5240 Odense NØ. Ruter på 5 og 10 km.	Lene Rueskov Nielsen/ Gerhard Pankratz
Lørdag 12. nov. kl. 13.30	P-pladsen ved Lidl, Thorslundvej 1A, 5000 Od. C. Fællestur i Ållokkvarteret ca. 7 km.	Lilian Munch Pedersen
Søndag 20. nov. kl. 10.00	P-plads Den Fynske Landsby, Sejerskovsvej 20, 5260 Odense S. Ruter på 5 og 10 km	Sigrid Rasmussen/ Niels Ole Jensen
Søndag 27. nov. kl. 10.00	Nyt OUH og Glisholm Sø P-plads ved Hollufgård, Hollufgårds Alle 26, 5220 Odense SØ – Fællestur på ca. 8 km.	Kirsten Vinding/ Lars-Ole Christiansen
Lørdag 3. dec. kl. 13.30	Langeskov Skole, afd. Bakken, Rønningevej 38, 5550 Langeskov. Der er ruter på 5 og 10 km	Leila Andersen/ Kirsten Josefsen
Lørdag 10. dec. kl. 13.30	Dalby Skole, Dalby Bygade 5, 5380 Dalby Ruter på 5 og 10 km	Erik Hansen/ Anelise Hansen
Søndag 18. dec. kl. 10.00	Sidste motionstur i år. Troelskærsalen, Lindoalleen 51, 5330 Munkebo. Der er ruter på 5 og 10 km. - Se særlig omtale	Jørgen Blohm/ John Andersen

På alle turene kan der - med mindre andet er anført - vælges mellem en 5 km tur (vi går 3,5-4,5 km/timen) eller en 10 km tur (vi går 4,5-5,5 km/timen).

Bemærk:

Motionssturene på side 8, 9 og 10 er for alle - også ikke-medlemmer, så tag bare familie og venner med på en frisk travetur.

Søndag 23. oktober - Bustur til Teglværksvandring

Vi tager på bustur til Fodslaw Sønderborgs „Teglværksvandring„. Der er ruter på 6, 10 og 22 km. For dem, der går de korte ruter tilbydes en tur med guide i Sønderborg. Der bliver også mulighed for grænsehandel. På hjemvejen spiser vi aftensmad på Slukefter Kro.
Læs mere om turen i rejsehæftet på hjemmesiden.

Vil du med, så kontakt Lilian - tlf. 2245 1156 eller lilian.fodslaw@gmail.com

Få ledige pladser

Onsdag 26. oktober. - Musikalsk klubaften i Langeskov



Tid: Kl. 18.30

Sted: Børnehaven „Mælkevejen„
Grønvangen 32, 5550 Langeskov

Der serveres smørrebrød fra Superbrugsen i Langeskov.

Aftenens musikalske indslag er gruppen „Local Tuesday„ som spiller dansk og international musik - både nyt og gammelt. Musik, som man bliver „glad i låget„ af.

Mød op til en hyggelig aften med højt humør og samvær med andre fra Munkebo Fodslaw. Det bliver med garanti festligt.

Pris: kr. 150 pr. person for underholdning, mad og kaffe.
Drikkevarer købes til „Fodslaw„-priser.

Beløbet indbetales til konto 3596 9060015349 (mobile pay 36918).

Tilmelding: til Solvejg Nielsen - solvejg.skyum@gmail.com eller tlf. 2691 3659.

Tilmelding/betaling senest 20. okt.

Dette arrangement er kun for medlemmer.

Torsdag 3. nov. - virksomhedsbesøg på gartneriet Ellelund

Vi mødes kl. 16.00 ved orkidégartneriet, Rolfstedvej 5, 5550 Langeskov..

Der bliver rundvisning i orkidégartneriet og senere mulighed for at købe nogle af de smukke blomster.

Fodslaw er vært ved en øl/vand/glas vin.

Tilmelding til Kirsten Josefsen - tlf. 2481 1232 - thegirlfromla@live.dk senest 26. okt.

Dette arrangement er kun for medlemmer



Søndag 6. november - Odense Å vandring

Start: Odinskolen, Gillestedvej 15, 5240 Odense NØ

Ruter: 6, 11, 17 og 23 km

Starttid: 6 og 11 km kl. 9.00-11.00
17 og 23 km kl. 9.00 - 10.00

Startkort: kr. 25 - diplom kr. 30

Tilmelding: Ikke nødvendig - man møder blot op ved startbordet.

Arrangør: Fodslaw Odense



Lørdag 26. november - Juleafslutning

Tid: Kl. 13.00-19.00

Sted: Troelskærsalen,
Lindøalleen 51, 5330 Munkebo.

Vi starter med velkomstdrink og bagefter er der lækker julebuffet.

Senere serveres ris a la mande og kaffe med småkager, og dagen slutter med „natmad“.

Programmet for dagen er julehygge, julesange, julestemning og - ikke mindst - det populære pakkespil.

Sidst på dagen trækker vi lod om årets julekurv og andre gevinster.

HUSK: alle skal medbringe en pakke til en værdi af ca. 25 kr.

Tilmelding: Judith Lynggaard - tlf. 2572 1202/pjel@post.tele.dk **sen. 17. nov.**

Pris:

kr. 200 pr. person. Prisen dækker velkomstdrink, buffet, kaffe og natmad.

Fodslaw giver en snaps til silden - øvrige drikkevarer kan købes til populære Fodslaw-priser.

Betaling på konto 3596 9060015349 - (mobile pay 36918) **sen. 17. nov.**

Dette arrangement er kun for medlemmer af Munkebo Fodslaw.



Søndag 4. december - Julemærkemarch i Odense

For 44. gang afholdes der over hele landet „Julemærkemarch,, til fordel for julemærkehjemmene. I Odense arrangeres turen af Fodslaw Odense.

Odense Postorkester spiller julemusik kl. 9.30-9.55 og der er mulighed for at købe gløgg og æbleskiver på startstedet.

Start: Hunderupskolen, Solfaldsvej 11, 5000 Odense C.

Starttid: kl. 10-11

Rurer; 5 og 10 km

Startgebyr: kr. 30

Tilmelding ikke nødvendig - man møder bare op. Alle er velkomne.



Søndag 18. december - Suppetur

I forbindelse med årets sidste motionstur starter vi en helt ny tradition i foreningen - **SUPPETUR**.

Vi starter motionsturene **kl. 10.00** ved Troelskærsalen, Lindøalleen 51, 5330 Munkebo.

Der er ruter på 5 km og 10 km.

Turledere: Jørgen Blohm og John Andersen.

Efter turene er Fodslaw vært med en portion suppe til at varme sig på. Forplejningen er gratis - der kan købes øl og vand til „Fodslaw-priser,,.

Det er gratis at deltage - der er ingen tilmelding.



Tirsdag 27. december - Julemotion i Odense

Vandreforeningen Fodslaw og Fodslaw Odense afholder for 49. gang julemotionstur for hele familien.

Der er afmærkede ruter på 5 og 10 km.

Start: Dalumskolen, Demantsvej 30,, 5260 Odense S.

Starttid: kl. 10-11

Startkort: kr. 25.

Der kan købes kaffe og drikkevarer på startstedet og på rasteplassen. Tilmelding ikke nødvendig.



Onsdag 28. december - Vinterturen Kertinge Nor Rundt



Fodslaw fortsætter sin tradition mellem jul og nytår med førte træningsture ved og omkring Kertinge Nor.

Turen bliver igen arrangeret med ruter af forskellig længde, så mange har mulighed for at deltage.

26 km Kertinge Nor Rundt:

Vi starter **kl. 9.00** fra Kulturhus Fjorden, Regnar Langesvej 1, 5300 Kerteminde. Startstedet åbner kl. 8.15.

Herfra går vi syd om Kertinge Nor til Munkebo Kulturhus, Troels Alle 4, 5330 Munkebo. Her spises frokost.

Der vandres med en hastighed på ca. 5 km/t. Der er rastbil på turen.

Man kan afkorte turen ved at tage Fynbus fra Munkebo tilbage til Kerteminde.

5 og 10 km ved Kertinge Nor: Vi starter kl. 10 fra Munkebo Kulturhus, Troels Alle 4, 5330 Munkebo. Startstedet åbner kl. 9.30.

Forplejning:

Kolde og varme drikke kan købes på startstederne og/eller ved rastbilen.

Man skal selv medbringe madpakker.

Pris:

Det er gratis at deltage i vandringen. Drikkevarer er til „Fodslaw-priser“.



Særlige forhold:

Vandringen gennemføres ikke ved snestorm, isslag eller andet ekstremt vejr.

Ved tvivl om gennemførelsen på dagen - kontakt Niels Ole - tlf. 2320 5425.

Alle er velkomne til at deltage i turen - tilmelding er ikke nødvendig.

X Søndag 8. januar 2023 - Nytårsmotion

Udvalg i Munkebo Fodslaw

Bestyrelsen har nedsat nogle udvalg, der arbejder med forskellige opgaver. Kontakt udvalgene med ris og ros og gode idéer til nye arrangementer.

Turudvalg	Kirsten Josefsen	24811232	thegirlfromla@live.dk
	Lilian Munch Pedersen	22451156	Lilian.fodslaw@gmail.com
	Jørgen Blohm	65391048	jb@eastscandic.dk
	Lene Rueskov Nielsen	20477849	lenerueskovnielsen@gmail.com
	Tage Damm	20994674	tage@damm-byggeri.dk
	John Andersen	26967239	jla@munkebonet.dk
Rejseudvalg	Niels Ole Jensen	23205425	Nielsole69@gmail.com
	Poul Erik Hansen	61116016	pjel@post.tele.dk
	Lilian M. Pedersen	22451156	Lilian.fodslaw@gmail.com
	Kirsten Josefsen	24811232	thegirlfromla@live.dk
	Lars-Ole Christensen	22357105	Lars-ole50@hotmail.com

Ny i bestyrelsen

På generalforsamlingen 23. febr. trådte Elin Knudsen ud af bestyrelsen, Samtidig var der velkomst som supplement til Bjarne Christensen.



FØRSTEHJÆLPSKURSUS

Vi skrev for noget tid siden, at vi arbejdede med muligheden for at afholde 3 kurser med fokus på førstehjælp ved hjertestop i samarbejde med Dansk Røde Kors.

Vi har søgt midler til disse kurser hos TRYGFonden og afventer svar, som skulle komme ca. 1. juli. Hvis vi får „Ja,, bliver det:

12,, 13. og 14. september kl. 10-14.

Når vi ved mere, vil vi skrive ud om tilmelding og praktiske oplysninger.

Man kan IKKE tilmelde sig nu!

Kontingent

Medlemskab af Munkebo Fodslaw koster årligt kr. 325 for den første person i husstanden. Efterfølgende personer i samme husstand betaler årligt kr. 110.

Betaling af ture og andet

Deltagergebyr for busture og andre arrangementer skal altid indbetales forud for arrangementet. **Bemærk**, at foreningen har to forskellige kontonumre.

Konto 3596 3600207849: skal bruges til betaling af depositum og deltagergebyr for foreningens rejser og busture. Alternativt kan der betales kontant til kasserer Solvejg Nielsen.

Konto 3596 9060015349: skal bruges ved indbetaling af alle andre beløb - f.eks. deltagelse i julearrangement, klubaftener mm.

Mobile Pay 36918 kan kun benyttes til indbetaling for arrangementer, IKKE til betaling for rejser. HUSK altid at anføre, hvad indbetalingen gælder.

Praktiske oplysninger

Nye medlemmer siden sidst



Ole Kastberg Mathisen, Marslev. Jytte Ahrenkiel Ebbesen, Langeskov.
Tove Kamilla Rasmussen, Ryslinge. Karen og Torben Skytte Hvass, Munkebo.
Mariann og Ebbe Lund, Kerteminde. Elsebeth Sandbeck, Kerteminde.
Jana Lizzi Jacobsen, Odense M. Bodil Petersen, Munkebo.
Ena Føns Jørgensen, Munkebo. Helle Vollerup, Munkebo

Pr. 15. juni 2022 har foreningen 295 medlemmer fordelt på 205 husstande.

Bestyrelse

Munkebo Fodslaw - Solbakken 726 - 5330 Munkebo www.munkebofodslaw.dk

Formand	Niels Ole Jensen	23205425	nielsole69@gmail.com
Næstformand	Judith Lynggaard	25721202	pjel@post.tele.dk
Kasserer	Solvejg Nielsen	26913659	solvejg.skyum@gmail.com
Sekretær	Lilian M. Pedersen	22451156	lilian.fodslaw@gmail.com
Best.medlem	Tage Damm	20994674	tage@damm-byggeri.dk
Best.medlem	Henning Valter	50857345	phvalter@gmail.com
Best.medlem	Kirsten Glans	24829910	glans@privat.dk
Suppleant	Kirsten Josefsen	24811232	thegirlfromla@live.dk
Suppleant	Bjarne Christensen	21138225	bjarne_christensen@hotmail.com
Webmaster	Jørgen Pedersen	61160023	liljo@live.dk

Næste Fodslaw Tidende udkommer medio dec.

På Munkebo Fodslaws hjemmeside www.munkebofodslaw.dk kan du læse hele Fodslaw Tidende - også tidligere blade - samt finde oplysninger om de enkelte arrangementer. Du kan også se billeder fra foreningens arrangementer og rejser.

Fodslaw Tidende redigeres af Niels Ole Jensen og Lilian Munch Pedersen. Bladet udkommer 2 gange årligt (medio juni og december). Bladet sendes til foreningens medlemmer, pressen, samarbejdspartnere m.m.