



2. halvår 2025

46. årgang



Vandreholdet FUR april 2025



De seje vandrere fra
„Lang Vandreuge,,

Læs mere om

- ★ Sæsonstart
- ★ Ø-tur til Avernakø
- ★ Høstvandring
- ★ Kursus ruteplanlægning
- ★ Rejseinformationsaften
- ★ Musikalsk Klubaften
- ★ Lang vandreuge efterår
- ★ Juleafslutning

HUSK: Musikalsk Klubaften 22. okt.





Første del af året 2025 kom godt fra start.

Traditionen tro blev der holdt Nytårsmotion. I år var det med 160 deltagere, der nød de gode vandreruter og den efterfølgende hygge med kaffe og kage i Troelskærsalen.

Jeg er meget glad og stolt over, at der kom så mange. Tak til alle og på gensyn til Nytårsmotion 2026 den 11. januar 2026.

I februar besøgte vi TV2 Fyn. En spændende aften, hvor vi fik indblik i, hvad der sker bag kulisserne, når vi åbner for fjernsynet derhjemme og ser TV2 Fyn.

I februar blev der igen holdt generalforsamling. 145 medlemmer var mødt op til denne vigtige aften, hvor vi efter smørrebrødet hørte beretningen om 2024. Der blev afholdt valg med nogle få justeringer. Munkebo Fodslaw har meget trofaste medlemmer i bestyrelse og udvalg. Alle gør en stor indsats og tak for det. Hvis nogen i bestyrelse eller udvalg ønsker at holde pause eller ønsker andre opgaver, står én af jer i medlemskredsen altid klar til at overtage pladsen. Sådan er det ikke i alle foreninger, og vi er glade og taknemmelige for, at det er sådan hos os.

„Lang vandreuge“, i maj blev gennemført over 5 dage. Turudvalget gentager „Lang vandreuge“, i efteråret 2025 og regner med, at det fremover bliver en fast tradition 2 gange om året.

Himmelfartsvandringen i år havde udgangspunkt i Mesinge Kirke. Tak til Kertemindekirkerne for gode indslag på vandreturen og dejlig mad i præstegårdshaven.

Aftentur med rejespisning blev igen et tilløbsstykke med 108 deltagere. Rejefiskerne meldte om problemer med at skaffe rejer. Heldigvis lykkedes det i år, men hvis rejerne svigter fremover, må bestyrelsen finde på noget andet spiseligt. Vores hyggelige aftentur har i mange år været meget populær, så den fortsætter.

Jeg glæder mig altid til sidste lørdag i juni, hvor vi holder Sommertræf med vandring, kaffe og kage og spisning af medbragt mad. Vi skal som sædvanligt samles i de hyggelige lokaler hos Inge og Jørgen Blohm på Bøgeskovvej. Stor tak til Inge og Jørgen for at stille lokaler til rådighed.

Tak til de mange medlemmer, der deltog i forårets udflugter og rejser. Vi startede med en 2 dages bustur til FUR med mange oplevelser. Derefter en uge med fly til Algarvekysten i Portugal, hvor vi nød den smukke natur og flotte strand. Vi nåede også en 1 dags tur til Vejle/Alrø med mange oplevelser. Fælles for alle turene er de mange oplevelser og i særdeleshed det fantastiske samvær med andre medlemmer.

Efteråret byder igen på mange arrangementer. Lad mig nævne ø-tur til Avernakø, Høstvandring fra Munkebo Kirke, Musikalsk klubaften og Juleafslutning: Der er bus-ture til Møn, Bornholm og København og en flyrejse til Syditalien.

Du har nu det nye Fodslaw Tidende i hånden og kan begynde at sætte krydser i kalenderen og lade drømmene flyve. Jeg glæder mig til at være sammen med dig til nogle af de mange arrangementer, vandringer, udflugter og rejser.

Tak for et begivenhedsrigt forår og vel mødt til et godt og aktivt efterår.

Niels Ole



Tirsdag 5. august - Sæsonstart

Vi starter **kl. 17.00** ved Tårup Forsamlingshus - Tårup Byvej 26, 5871 Frørup.

Der er vandringer på 5 og ca. 8 km.

Efter vandringerne byder Fodslaw på pølser med tilbehør. Drikkevarer kan købes til „Fodslaw-priser“.

Turledere: Ellen og Peter Larsen

Grillmester: Peter Larsen

Tilmelding: Kirsten Josefsen - 2481 1232/thegirlfromla@live.dk **sen. 28. juli**

Dette arrangement er kun for medlemmer af Munkebo Fodslaw



Tirsdag 21. august - Ø-tur til Avernakø

Så er det igen blevet tid til én af de mange traditioner i Munkebo Fodslaw - Ø-turen. I år går turen til Avernakø.

Kl. 9.30 mødes vi i Fåborg - ved færgen til Avernakø. Der er gratis p-pladser.

Kl. 10.00 afgår færgen til Avernakø - ankomst Avernakø ca. kl. 11.20

Naturvejleder og havnefoged Laura Bjerre tager imod os og fortæller om Avernakø's historie og fremtid.

Vi spiser vores medbragte mad i lystbådehavnens overdækkede grill-huse.

Der bliver 2 vandreruter - en kort og en lang. Laura går med på den korte tur med fortællinger undervejs. På den lange tur er der QR-koder, der fortæller om de steder, man kommer forbi.

I forsamlingshuset får vi eftermiddagskaffe med hjemmebagt kage.

Midt på øen - ved Majstangen - ligger gårdbutikken „Petersminde“, hvor der kan købes lækre pølser, kød og meget andet.

Der kan betales med Mobile Pay.

Hjemtur:

med færgen fra Avernakø kl. 16.35 - via Lyø.

Vi ankommer til Fåborg kl. 17.50

Pris: kr. 100 pr. person for færge samt kaffe og kage.

Man medbringer selv mad og drikke til hele dagen.

Tilmelding: Gitte Wowk - gwowk@hotmail.com **senest 14. juli.** Deltagerprisen skal betales via Mobile Pay til 5054 0229 ved tilmeldingen.



Kommende arrangementer

Tirsdag 9. september - Høstvandring i Munkebo

Kl. 17.00 - mødes vi ved Munkebo Kirke, Fjordvej 80, 5330 Munkebo.

Der vil være en kort andagt i kirken, hvorefter der er en vandring på ca. 5 km gennem smukke områder.

Naturvejler og biolog Rikke Kaas Molin fortæller undervejs om Odense Fjords historie, Kertinge Nors kulturhistorie og præstegårdssøens biodiversitet.

Kl. 19.30 er Munkebo Kirke vært ved lidt mad i Sognehuset. Drikkevarer kan købes til Fodslaw-priser.

Kl. 20.00 slutter dagen med en aftensang.

Tilmelding til spisning: Kirkekontoret, Fjordvej 66, Munkebo, tlf. 65976771 - snh@km.dk - **senest 2. sept.**

Der er plads til maks. 60 personer til spisningen. Man er velkommen til at deltage i arrangementet uden spisning. **Alle er velkomne.**

Arrangementet er et samarbejde mellem Munkebo Kirke og Munkebo Fodslaw.

Turleder: Judith Lynggaard



Lørdag 13. september - Fællesvandring

Fællesvandring for de fynske Fodslaw-foreninger er blevet en fast tradition. I år er det Fodslaw Odense, der arrangerer.

Starttid: kl. 10.00

Startsted: Spurvelundskolen, Spurveundvej 16, 5260 Odense N.

Der er ruter på 5 og 10 km. Der vil være en drikkepost på 10 km ruten (drikkevarer skal købes).

Ved hjemkomsten er der kaffe med noget spiseligt - Fodslaw Odense er vært. Husk at medbringe krus.

Tilmelding er ikke nødvendig - man møder bare op.

Søndag 14. september - Fjordens Dag



Munkebo Fodslaw har som tidligere år 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: Kirsten Josefsen.

Kig ned til Boels Bro, der er mange spændende aktiviteter. Og kaffe på kanden i vores stand.

Kommende arrangementer

Tirsdag 16. september - Kursus - „Lær at lave din egen vandrerute

Flere medlemmer har bedt om vejledning i forbindelse med planlægning af vandreruter. Vi har derfor arrangeret et lille kursus i planlægning af ruter, hvor du kan lære forskellige fremgangsmåder.

Vi prøver at tegne ruter med blyant på et landkort fra en vejviser eller telefonbog. Der vil også blive orienteret om, hvordan du kan bruge pc og/eller mobil

Kurset er for alle medlemmer og kræver ingen forkundskaber.

Tid: Tirsdag den 16. sept. kl. 9.00-12.00

Sted: Troelskærsalen, Troels Alle 51, 5330 Munkebo.

Tilmelding: Niels Ole Jensen - 2320 5425 - nielse69@gmail.com **sen. 9. sept.**



Lørdag 20. september - Ansgar Kirke og Assistents Kirkegård

Denne uges motionstur bliver en blanding af vandring og fortællinger. Vi har fået mulighed for at få sognepræst ved Ansgar Kirke **Thomas Hårbøl** til at gå med og fortælle om de mange spændende gravsteder på Assistents Kirkegård.

Kl. 13.30 mødes vi ved Ansgar Kirke, Sdr. Boulevard 1, 5000 Odense C. Vi får en kort rundvisning og fortælling i kirken, hvorefter vi går gennem Ansgar Anlæg til kirkegården. Her går vi rundt med Thomas Hårbøl ca. 1 time. Der vil være mulighed for en ekstra vandretur bagefter.

Turleder: Lene Rueskov Nielsen

Parkering: Der er kun få pladser ved kirken. Der henvises til p-pladsen ved Hundeparkskolen på Solfaldsvej eller ved Kunstbygningen på Filosofgangen.



Onsdag 1. oktober - Rejseinformationsmøde



Denne aften præsenterer vi foreningens rejseprogram for 2026 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/pjel@post.tele.dk **sen. 20. sept.**

Dette arrangement er kun for medlemmer af Munkebo Fodslaw

Kommende arrangementer

Søndag 5. oktober - Odense Å Vandring

Start: Odinskolen, Gillestedvej 15, 5240 Od. NØ
Ruter: 6, 11, 16 og 21 km
Starttid: 6 og 11 km kl. 9.00-11.00
16 og 21 km kl. 9.00 - 10.00
Startkort: kr. 25 - diplom kr. 30
Tilmelding: Ikke nødvendig - man møder blot op.



Søndag 19. oktober - Motionstur i Vissenbjerg

kl. 10.00 mødes vi ved Vissenbjerg Idræts Center, Idrætsvej 3, 5492 Vissenbjerg.

Vi starter med et besøg i „Museum Koelbjergmanden,, og bagefter går vandreturen til det sted i Grøftebjerg, hvor man i 1941 fandt resterne.
Det bliver en vandretur på ca. 5 km - og turen forlænges til 10 km for dem, der ønsker det.

Turledere: Gitte Glad og Birgit Lundbæk



Onsdag 22. oktober - Musikalsk klubaften i Langeskov

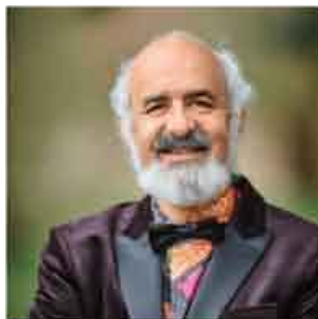
Vores klubaften er efterhånden blevet en tradition med rigtig mange deltagere. Kom og vær med til en hyggelig aften med glad musik og dejligt samvær med andre Fodslaw-medlemmer.

Det musikalske indslag er operasanger og solist Jesper Buhl, som giver smagsprøver på sit righoldige repertoire.

Overskriften er „Sange fra badeværelset,,. Jesper Buhl har et program, der rækker over pop og musical til danske sange og opera. Han har sunget på de store scener verden over - men altså også på de mindre.

Tid: Kl. 18.30

Sted: Børnehaven „Mælkevejen,, Grønvangen 32, 5550 Langeskov



Der serveres smørrebrød fra Superbrugsen i Langeskov.

Pris: kr. 150 pr. person for underholdning, smørrebrød, kaffe og kage.

Drikkevarer købes til „Fodslaw,,-priser.

Tilmelding: til Kirsten Josefsen - thegirlfromla@live.dk eller tlf. 2481 1232

Tilmelding/betaling senest 8. okt.

Dette arrangement er kun for medlemmer af Munkebo Fodslaw

Aktivitetsoversigt 2. halvår 2025

På disse sider finder du en oversigt over alle de aktiviteter, der er planlagt i efteråret 2025. Arrangementerne er beskrevet nærmere i bladet.

		Tilmelding
Tirsdag 5. aug.	Sæsonstart i Tårup	Kirsten J. sen. 28. juli
13.-14. aug.	Bustur til Møn	UDSOLGT
Torsdag 21. aug.	Ø-tur til Avernakø	Gitte Wowk sen. 14. juli
1.-6 sept.	Bustur til Bornholm	UDSOLGT
Tirsdag 9. sept.	Høstvandring i Munkebo	Munkebo Kirke sen. 2.sept.
Lørdag 13. sept.	Fællesvandring Fodslaw Fyn	Ingen
Søndag 14. sept.	Fjordens Dag	Ingen
Tirsdag 16. sept.	Kursus – lav vandreruter	Niels Ole sen. 9. sept.
22.-29. sept.	Flyrejse til Syditalien/Calabrien	UDSOLGT
Onsdag 1. okt.	Rejseinformationsaften	Judith sen. 20. sept.
Søndag 5. okt.	Odense Å Vandring	Ingen
Onsdag 8. okt.	Bustur til København	Få ledige pladser
Søndag 19. okt.	Vandring og Museum Koelbjerg	Ingen
Onsdag 22. okt.	Musikalsk Klubaften	Kirsten J. sen. 8. okt.
30. okt. – 3. nov.	Lang vandreuge	Ingen
Lørdag 29. nov.	Juleafslutning	Judith sen. 15. nov.
Søndag 7. dec.	Julemærkemarch i Odense	Ingen
Lørdag 27. dec.	Julemotion i Odense	Ingen
Søndag 11. jan.	Nytårsmotion 2026	Ingen

Vigtig information til turledere

Hvis du bliver forhindret i at gennemføre en tur, hvor du er turleder, er du velkommen til at bytte med en anden turleder, eller selv finde en afløser. Er det ikke muligt - så ring til **Niels Ole - tlf. 2320 5425** og få hjælp.



Idè til næste Fodslaw-tur?

„Mandagsholdet,, - alle ture starter kl. 10.00

	Mødested	Turleder
Mandag 4. aug.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Kirsten Josefsen
Mandag 11. aug.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Carlo Kristiansen
Mandag 18. aug.	MIC - Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Kirsten Boysen
Mandag 25. aug.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Majbritt Hansen
Mandag 1. sept.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Sigrid Rasmussen
Mandag 8. sept.	MIC - Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Birte Lillesø
Mandag 15. sept.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Kirsten Josefsen
Mandag 22. sept.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Erling Pedersen
Mandag 29. sept.	MIC - Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Grethe Krongaard
Mandag 6. okt.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Karin Trøst
Mandag 13. okt.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Lilian Munch Pedersen
Mandag 20. okt.	MIC - Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Lissi Damm
Mandag 27. okt.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Anelise Hansen
Mandag 3. nov.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Lilian Munch Pedersen
Mandag 10. nov.	MIC - Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Henning Valter
Mandag 17. nov.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Kirsten Josefsen
Mandag 24. nov	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Else Rasmussen
Mandag 1. dec.	MIC - Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Tage Damm
Mandag 8. dec.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Grethe Thomsen
Mandag 15. dec.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Kirsten Glans

Kommende arrangementer

Motionsture torsdag formiddag - alle ture starter kl. 10.00

Tid	Mødested	Turleder – 5 km/10 km
Torsdag 7. aug.	MIC – Munkebo Idræts Center Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Anne Sofie Christensen/ Tove Kristensen
Torsdag 14. aug.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Solvejg Nielsen Henning Nielsen
Torsdag 21. aug.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Arne Kristiansen/ Niels Mortensen
Torsdag 28. aug.	MIC – Munkebo Idræts Center Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Kirsten Boysen/ Judith Lynggaard
Torsdag 4. sept.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Kirsten Josefsen/ Majbrit Hansen
Torsdag 11. sept.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Kirsten Glans/ Børge Glans
Torsdag 18. sept.	MIC – Munkebo Idræts Center Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Knud Pedersen/ Tove Kristensen
Torsdag 25. sept.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Grethe Thomsen/ Birgit Larsen
Torsdag 2. okt.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Arne Kristiansen/ Gudrun Knudsen
Torsdag 9. okt.	MIC – Munkebo Idræts Center Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Tage Damm/ Niels Ole Jensen
Torsdag 16. okt.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Karin Trøst/ Kirsten Josefsen
Torsdag 23. okt.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Birte Lillesø/ Carlo Kristiansen
Torsdag 30. okt.	MIC – Munkebo Idræts Center Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Henning Valter/ Tove Kristensen
Torsdag 6. nov.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Majbrit Hansen/ Karin Petersen
Torsdag 13. nov.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Lilian M. Pedersen/ Kirsten Glans
Torsdag 20. nov.	MIC – Munkebo Idræts Center Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Arne Kristiansen/ Judith Lynggaard
Torsdag 27. nov.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Karin Trøst/ Birgit Larsen
Torsdag 4. dec.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Kirsten Glans/ Børge Glans
Torsdag 11. dec.	MIC – Munkebo Idræts Center Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Bjarne Christensen/ Niels Ole
Torsdag 18. dec.	Langeskov Center, Centertorvet, 5550 Langeskov	Majbrit Hansen/ Jytte Esbensen

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 5. aug. kl. 17.00 Bemærk tidspunkt!!!	Sæsonstart i Tårup. Tårup Forsamlingshus, Tårup Byvej 26, 5871 Frørup. Ruter på 5 og 8 km. Se særlig omtale.	Ellen Larsen/ Kirsten Josefsen
Tirsdag 12. aug. kl. 19.00	Vor Frelser Kirke, Ejbygade 24, 5220 Odense SØ. Ruter på 5 og 10 km og kaffe i Lenes kolonihave.	Kirsten Josefsen Lene Rueskov Nielsen
Tirsdag 19. aug. kl. 19.00	Dalum Bibliotek, Dalumvej 95, 5250 Odense SV. Ruter på 5 og 10 km.	Terje Tharaldsen/ Gitte Wowk
Søndag 24. aug. kl. 10.00	Korshavn Lystbådehavn, Fynshovedvej 861, 5390 Martofte. Ruter på 5 og 10 km	Sigrid Rasmussen/ Niels Ole Jensen
Lørdag 30. aug. kl. 13.30	Monarch, Hjejlevej 107, 5800 Nyborg. Ruter på 5 og 10 km.	Hans Rye Tove Kristensen
Lørdag/ 6. sept. kl. 13.30	Skellerup Kirke, Skellerup Byvej 46, 5450 Ullerslev. Ruter på 5 og 10 km.	Jørgen Blohm/ Kirsten Josefsen
Tirsdag 9. sept. kl. 17.00 Bemærk tidspunkt!!!	Høstvandring i Munkebo. Munkebo Kirke, Fjordvej 80, 5330 Munkebo. Se særlig omtale	Judith Lynggaard
Lørdag 13. sept. kl. 10.00 Bemærk tidspunkt!!!	Fællesvandring med de fynske Fodslawforeninger. Spurvelundskolen, Spurvelundsvej 16, 5270 Od.N. Ruter på 5 og 10 km. Se særlig omtale	Fodslaw Odense
Lørdag 20. sept. kl. 13.30	Ansgar Kirke og Assistent kirkegård med sognepræst Thomas Hårbøl. Ansgars Kirke, Sdr. Boulevard 1B, 5000 Odense C. Evt. vandring efter rundvisning. Se særlig omtale.	Lene Rueskov Nielsen
Søndag 28. sept. kl. 10.00	Mesinge Kirke, Mesinge Bygade 55A, 5370 Mesinge. Ruter på 5 og 10 km	Carlo Christiansen Lise Poulsen
Lørdag 4. okt. kl. 13.30	P-plads ved Munkebo Bakke. Loddenhøj Alle 304, 5330 Munkebo. Ruter på 5 og 10 km.	Lilian M. Pedersen/ Tove Kristensen
Lørdag 11. okt. kl. 13.30	Dalby Forsamlingshus, Dalby Bygade 50, 5380 Dalby. Ruter på 5 og 10 km	Lene Rueskov Nielsen/ Ole Holst
Søndag 19. okt. kl. 10.00	Vissenbjerg Idræts Center, Idrætsvej 3, 5492 Vissenbjerg. Ruter på 5 og 10 km. Se særlig omtale	Birgit Lundbæk/ Gitte Glad
Lørdag 25. okt. kl. 13.30	Kerteminde Vandrehjem, Skovvej 46, 5300 Kerteminde. Ruter på 5 og 10 km.	Anelise Hansen Lise Poulsen
Søndag 2. nov. kl. 10.00	Langø. P-plads ved Stenene – indkørsel ud for Langøvej 306, 5290 Martofte. Ruter 5 og 10 km	Inger Pedersen/ Reinhard Pedersen
Lørdag 8. nov. kl. 13.30	Langesøhallerne, Idrætsvej 7, 5492 Morud. Ruter på 5 og 10 km.	Sigrid Rasmussen/ Niels Ole Jensen
Lørdag 15. nov. kl. 13.30	P-plads Rynkeby Præstegård, Rynkeby Bygade 45 5350 Rynkeby. Ruter på 5 og 10 km.	Erik Hansen/ Anelise Hansen
Søndag 23. nov. kl. 10.00	P-plads ved Lidl, Thorslundvej 1 A, 5000 Odense C Ruter på 5 og 10 km.	Lene Rueskov Nielsen/ Gitte Wowk
Søndag 30. nov. kl. 10.00	Agedrup Kirke, Agedrupvej 14A, 5320 Agedrup. Ruter på 5 og 10 km.	Lise Toftthøj/ Lise Poulsen
Søndag 7. dec. kl. 10.00	Fællestur til Julemærkemarch i Odense. Vi mødes ved "Firmaidræt Odense", Tranehøjen 5, 5250 Od. SV. Der er ruter på 2,5 – 5 og 10 km. Se særlig omtale.	Lene Rueskov Nielsen
Søndag 14. dec. kl. 10.00	Elmelund Skov. P-plads Elmelund V – før Elmelundvej 147, 5200 Odense V. Ruter på 5 og 10 km	Lene Rueskov Nielsen/ Gitte Wowk

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.

30. oktober - 3. november - Lang vandreuge

Muligheden for at gå lange vandringer flere dage i træk er blevet et populært tilbud blandt vores medlemmer. Det er derfor besluttet, at det bliver et fast indslag både forår og efterår. Der vil være ruter hver dag på ca. 20 km. Man behøver ikke gå med alle dage, men vælger blot de dage, der passer bedst.

Torsdag 30. okt.

Svanedamsgade 2, Nyborg. P-plads ved rundkørsel - **Turleder:** Gitte Østergård

Fredag 31. okt.

H.C.Andersensskoven, Svendsagervej, Odense NØ - **Turleder:** Lise Poulsen

Lørdag 1. nov.

P-plads skråt overfor Boltinggårdvej 24, 5750 Ringe - **Turleder:** Kristen Jensen

Søndag 2. nov.

Anes Høj, Ibjergvej, Birkum, 5220 Odense SØ - **Turleder:** Jytte Ebbesen

Mandag 3. nov.

Troelskærsalen, Lindøalleen 51, 5330 Munkebo - **Turleder:** Niels Ole Jensen

Alle dage startes **kl. 10.00**. Man medbringer selv mad og drikke til turene.

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

Lørdag 29. november - Juleafslutning



Munkebo Fodslaw inviterer igen til den årlige juleafslutning.

Tid: Kl. 13.00-18.00

Sted: Troelskærsalen, Lindøalleen 51, 5330 Munkebo.

Der vil blive serveret lækker julebuffet samt ris a la mande og kaffe med småkager.

Programmet for dagen er julehygge, julesange, julestemning og - ikke mindst det hyggelige samvær og den gode snak.

I år prøver vi noget nyt - pakkespillet bliver afløst af et lotteri med fine præmier. Det er efterhånden svært at finde ting til kr. 25, og mon ikke mange af os nok har skuffen fuld af ubrugelige gaver, som vi giver videre til andre pakkespil

Pris: kr. 225 pr. person. Prisen dækker julebuffet og kaffe.

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

Tilmelding: Judith Lynggaard - tlf. 2572 1202/pjel@post.tele.dk **senest 20. nov.**

Betaling på konto 3596 9060015349 **sen. 20. nov.** - mrk. „jul„

Dette arrangement er kun for medlemmer af Munkebo Fodslaw

Kommende arrangementer

Søndag 7. december - Julemærkemarch i Odense

For 49. gang afholdes „Julemærkemarch,, over hele landet til fordel for julemærkehjemmene. I Odense arrangeres turen nu af „Firmaidræt Odense,,.

Start: **Tranehøjen 5, 5250 Odense SV.**

Starttid: kl. 10.00

Ruter: 2,5, 5 og 10 km

Nyt startsted

Startgebyr: kendes ikke pt.

Odense Postorkester spiller julemusik kl. 9.30, og der er mulighed for at købe gløgg og æbleskiver (indendørs). Tilmelding ikke nødvendig - man møder bare op.

Munkebo Fodslaw arrangerer fællestur til Julemærkemarchen.

Vi mødes kl. 10.00 og går samlet ruten på 5 km med dem, der ønsker det. Andre er velkomne til at gå 2,5 eller 10 km.



Søndag 27. december - Julemotion i Odense

Efter julens gode mad og søde sager er det godt at komme i gang med motion igen.

Vandreforeningen Fodslaw og Fodslaw Odense afholder for 50. gang julemotionstur for hele familien.

Der er afmærkede ruter på 5 og 10 km.

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

Starttid: kl. 10-11 - **Startkort:** kr. 25

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



GLÆDELIG JUL OG GODT NYTÅR TIL ALLE



HUSK: NYTÅRSMOTION SØNDAG 11. JAN. 2026

TILBUD TIL TURLEDERE

Faste ruter til motionsture i Munkebo, Kerteminde og Langeskov

Der er udarbejdet faste ruter på 5 og 10 km de 3 nævnte startsteder, hvor vi har motionsture mandag og torsdag.

Tilbuddet er tænkt som en hjælp:

- Hvis du vil prøve at være turleder, men ikke kan overskue selv at lave en rute.
Du er også velkommen til at få følgeskab af en erfaren turleder i starten.
Kontakt en fra bestyrelsen eller Turudvalget.
- Hvis en turleder bliver syg eller melder fra af anden årsag, og en anden skal overtage. Så er det nemt at hente en af de faste ruter.

Ruterne kan hentes på vores hjemmeside www.munkebofodslaw.dk og indlæses på din mobil eller udskrives på papir.

Hvis du har brug for hjælp, er du velkommen til at kontakte formanden.

Man må selvfølgelig meget gerne lave sin egen rute - det er kun et tilbud.



Fodslaw-jakker

Det er stadig muligt at købe de flotte Fodslaw-jakker. Jakkerne er i to forskellige udgaver - damemodel og herremodel - begge med hætter.

Jakkerne fås i mange størrelser fra XS til XXL

Pris: kr. 500,- inkl. logo på venstre ærme.
Logo betales af foreningen.

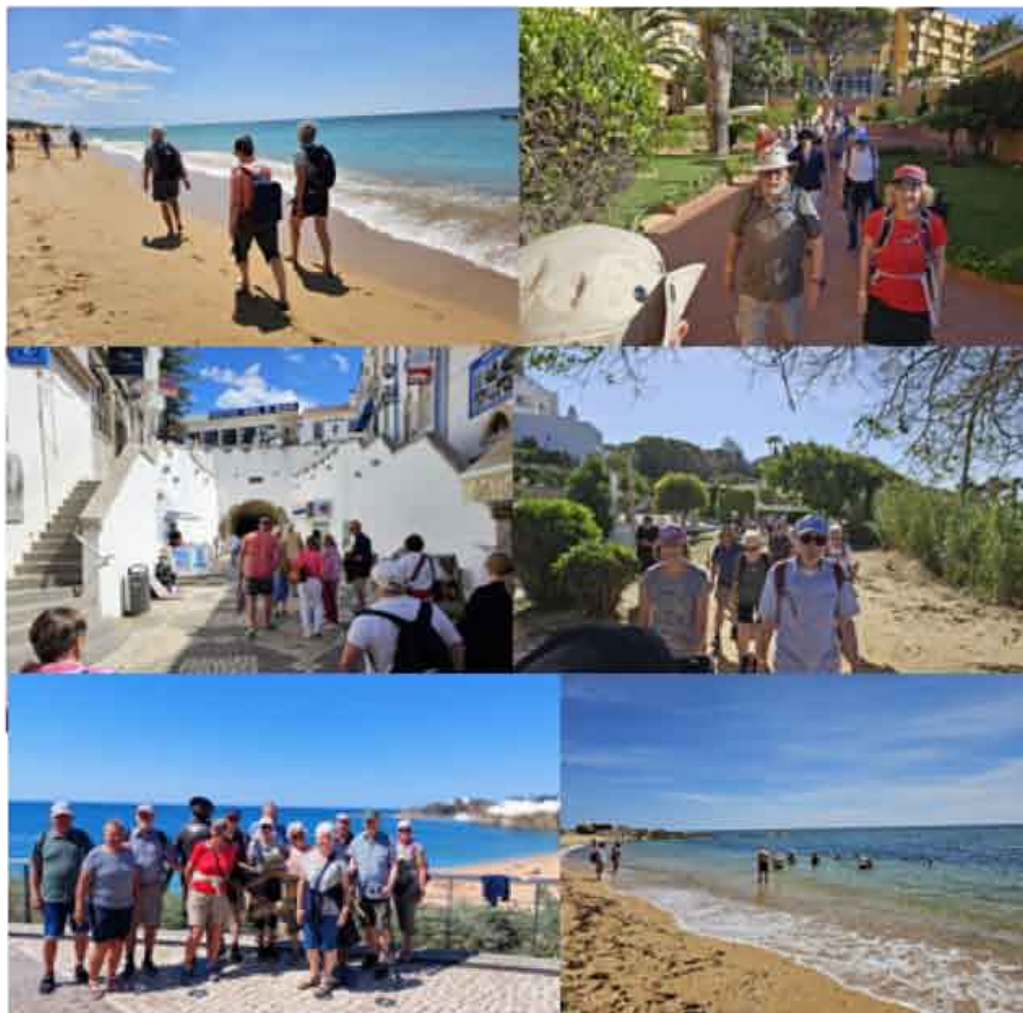
Bestilling hos Gudrun Knudsen, Blochvænget 2,
Kerteminde. Tlf. 26220155



Så nåede Fodslaw til Verdens Ende

INFO siden

Dejlige minder fra en skøn tur til Portugal i maj 2025



FODSLAW-REJSER

Som sædvanligt er vores rejser udsolgt - eller meget tæt på.
Der er få ledige pladser til endagsturen til **København den 8. oktober.**
Og det er stadig muligt at tilmelde sig turen til **La Palma i januar 2026.**

Læs mere om turene på vores hjemmeside www.munkebofodslaw.dk. for flere oplysninger/tilmelding kontakt Lilian - tlf. 2245 1156/lilian.fodslaw@gmail.com

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
	Anelise Hansen	23629192	erikhansenrynkeby@gmail.com
	Lene Rueskov Nielsen	20477849	lenerueskovnielsen@gmail.com
	Gitte Glad	24626484	gitte-glad@hotmail.com
	Gitte Wowk	50540229	gwowk@hotmail.com
	Judith Lynggaard	25721202	pjel@post.tele.dk
Rejseudvalg	Niels Ole Jensen	23205425	nielsole69@gmail.com
	Lilian Munch Pedersen	22451156	lilian.fodslaw@gmail.com
	Kirsten Josefsen	24811232	thegirlfromla@live.dk
	Inga Olesen	29729607	inga@olesen.mail.dk
	Poul Erik Hansen	61116016	pjel@post.tele.dk
	Erik Rasmussen	40118187	erikfodslaw@gmail.com
	Grethe Thomsen	23263705	gtho@hotmail.com.

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.

Medlemskab af Munkebo Fodslaw koster **årligt kr. 325** for den første person i husstanden og **kr. 110** for evt. yderligere personer i samme husstand. Kontingent opkræves årligt i den måned, man er indmeldt.

Betaling af ture og arrangementer

Deltagergebyr for busture og andre arrangementer skal altid indbetales forud for arrangementet.

Foreningens konto i Danske Bank: 3596 9060015349.

Kontonummer skal benyttes til alle indbetalinger - arrangementer, udflugter, busture mv. Husk altid at anføre dit navn og arrangementets navn.

Mobile Pay vil fortsat kunne benyttes til betaling af mad og drikkevarer ved arrangementer. Nummeret på Mobile Pay vil være opsat på stedet. Der kan også fortsat betales kontant.

Praktiske oplysninger

Velkommen til nye medlemmer siden sidst

Rita Grønbæk Lauritsen, Kertem. Riborg Hansen, Marslev. Inge Frilund, Munkebo. Ketty Wulff-Høyer Drigstrup. Per Bang Jensen, Langeskov. Lisbeth Elnegaard, Odense. Edith Boelt Knudsen, Odense. Annemarie Bobjerg, Kerteminde. Lena Stensbjerg Hansen, Dalby. Lotte og Roald Kristiansen, Munkebo. Lizzi Andersen, Kerteminde. Pia og Anthony Rasmussen, Odense. Poul Høgsbæk, Odense. Marianne Hansen, Kerteminde. Grethe Andersen, Munkebo.

Pr. 15.6. 2025 har foreningen 308 medlemmer fordelt på 217 husstande.

Bestyrelse

Munkebo Fodslaw - Solbakken 726 - 5330 Munkebo

www.munkebofodslaw.dk

Formand	Niels Ole Jensen	2320 5425	nielsole69@gmail.com
Næstformand	Kirsten Glans	2482 9910	kirstenglans@gmail.com
Kasserer	Bjarne Christensen	2113 8225	bjarne_christensen@hotmail.com
Sekretær	Lilian M. Pedersen	2245 1156	lilian.fodslaw@gmail.com
Best.medlem	Tage Damm	2099 4674	tage@damm-byggeri.dk
Best.medlem	Henning Valter	5085 7345	phvalter@gmail.com
Best.medlem	Laila Andersen	2736 7265	laila@munkebonet.dk
Suppleant	Judith Lynggaard	2572 1202	pjel@post.tele.dk
Suppleant	Karen Pedersen	2235 1041	epos@pedersen@mail.dk
Webmaster	Jørgen Pedersen	6116 0023	liljo@live.dk

Næste Fodslaw Tidende udkommer ultimo december

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 og udkommer 2 gange årligt (medio juni og december).

Bladet sendes til foreningens medlemmer, pressen, samarbejdspartnere m.m.