



1. halvår 2026

47. årgang



Rejseholdet fra Calabrien september 2025



Klar til lang vandreuge

Læs mere om

- ★ Nytårsmotion
- ★ Generalforsamling
- ★ Virksomhedsbesøg
- ★ Lang vandreuge
- ★ Himmelfartsvandring
- ★ Vandring ved Sorø Sø
- ★ Sommertræf

HUSK: Generalforsamling 18. februar





Det nye år 2026 er lige om hjørnet med nye udfordringer. Bestyrelse, udvalg og turledere har brugt mange timer i efteråret med planlægning af forårets vandringer, arrangementer, udflugter og rejser. Du sidder nu med det nye Fodslaw Tidende, der indeholder mange tilbud, så nu må du i gang med at prioritere.

De ugentlige motionsture er en vigtig del af programmet. Vandring er en genial motionsform. Det er meget nemt at komme i gang. Alle kan være med, og det kræver hverken en god grundform, instruktion, fancy fitnessstøj eller omklædning. Du kan gå hvor som helst og når som helst - også når du er på ferie. Hjerneforskeren John Sigurd Wegener skriver blandt andet, at motion er ekstremt vigtigt for hjernen. Faktisk er det bevist, at mennesker, der er fysisk aktive, bedre bevarer deres hjernestruktur og evne til at tænke klart, når de bliver ældre. Du finder hverken en nemmere eller billigere motionsform end vandring, og når den så samtidig udretter små mirakler i både din krop og din hjerne, kan det kun gå for langsomt med at komme af sted.

For de af jer, der ikke kan gå så meget mere, er der mange andre tilbud i bladet. Som medlem er det jo heldigvis helt op til dig, hvad du vil deltage i. Nogle kommer mest til de sociale sammenkomster, nogle kommer mest til udflugter og rejser, nogle til vandringer, og andre kommer til det hele. Fælles for os alle er, at vi er samlet i Munkebo Fodslaw.

Tak for den store opbakning til foreningens generalforsamling, hvor der mødte 145 glade medlemmer op til en festlig aften, hvor der aldrig mangler medlemmer til forskellige poster i udvalg og bestyrelse eller hjælpere til det praktiske. Der har været god tilslutning til de mange arrangementer og rejser. Til Nytårsmotion var der 160 deltagere. I rejserne deltog 280 medlemmer. Dette svarer til, at I har deltaget i 92% af de udbudte rejser. De ugentlige motionsture har deltagerantal på 10-40, afhængig af vejret. - **Godt gået!**

Tak til alle jer medlemmer, der trofast deltager i stort og småt. Enkelte falder fra, men der kommer nye til.

Medlemstallet er meget stabilt. Ved årsskiftet til 2025 var vi 299 medlemmer, og lige nu er vi 307 medlemmer. Tak fordi I trofast holder ved.

Det første halvår byder på mange traditioner, Nytårsmotion, generalforsamling, Himmelfartsvandring, Nattergalevandring, Flagfest og Sommertræf.

Rejsetilbuddene blev præsenteret den 1. oktober.

I 2026 er der i alt 6 rejser. Mange af jer har allerede sikret jer en plads på én eller flere rejser. Som medlem kan du vælge og vrage.

Jeg håber vi ses til mange vandringer, arrangementer og rejser.

Tak for et begivenhedsrigt 2025 og vel mødt til et godt og aktivt 2026.

Niels Ole



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

Startgebyr: kendes ikke pt.

Julemærket 2025



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.

Lørdag 27. december - Julemotion i Odense

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 rasteplassen. Tilmelding ikke nødvendig.



Søndag 11. januar - Nytårsmotion

Det er 17. gang Munkebo Fodslaw arrangerer Nytårsmotion for hele familien. Det er blevet en fast tradition for mange at starte året med en god motionstur sammen med andre. og der møder 150-200 deltagere op. Nytårsmotion er ikke kun for medlemmer - ALLE er velkomne til en hyggelig eftermiddag med motion og Bingovandring med fine præmier, som er sponsoreret af Nordea-Fonden.

**NORDEA
FONDEN**
Vi støtter gode liv

**Start kl. 13.00 ved Troelskærsalen,
Lindøalléen 51, 5330 Munkebo**

Der er ruter på 4 og 6 km, og hvis man gerne vil gå længere er der en rute på 10 km.

Alle ruter er afmærkede.

Munkebo Fodslaw er vært ved kaffe med brød.

Det er gratis at deltage, og tilmelding er ikke nødvendig. Man møder bare op.



Kommende arrangementer

Onsdag 18. februar - Generalforsamling

Der indkaldes til ordinær generalforsamling onsdag den 18. februar 2026.

Troelskærsalen, Lindøalleen 51, 5330 Munkebo.

Kl. 18.00 Fodslaw byder på lidt at spise samt en øl/vand/glas vin.

Kl. 19.00 Generalforsamlingen starter.

Der kan købes øl/vand/vin til Fodslaw-priser.



DAGSORDEN

1. Valg af dirigent
2. Bestyrelsens beretning
3. Fremlæggelse af det reviderede regnskab
4. Indkomne forslag (skal indsendes til formanden senest den 5. febr.)
5. Valg til bestyrelse.
På valg er Bjarne Christensen, Henning Valter og Tage Damm
Valg af 2 suppleanter (nuværende Judith Lynggaard og Karen Pedersen)
6. Valg af 2 revisorer/bilagskontrollanter (nuv. Lise Bjerrum og Birte Lillesø)
og 1 revisorsuppleant (nuværende Mona Rasmussen).
7. Eventuelt

Tilmelding:

Judith Lynggaard - tlf. 2572 1202 - pjel@post.tele.dk **senest 5. februar.**
(kun hvis man vil deltage i spisningen).

Vil man kun deltage i generalforsamlingen, møder man blot op **kl. 19.00.**

Dette arrangement er kun for medlemmer



Lørdag 28. febr. - Vandring i forbindelse med Fodslaws Repræsentantskabsmøde i Nyborg

Startsted: Bøjdenvej 75, 5800 Nyborg
Tid: Start kl. 9.00 - slut senest kl. 11.00
Ruter: 5 og 10 km - afmærkede med bånd og pile.
Pris: Startkort kr. 25
Arrangør: Fodslaw Nyborg

Søndag 1. marts eller lørdag 7. marts - Virksomhedsbesøg på Kerteminde Rensningsanlæg og vandring i Sybergland

Vi har fået mulighed for at komme på besøg på vores fælles rensningsanlæg, som ligger i forbindelse med Genbrugsstationen i Kerteminde.

Vi forventer, at der vil være stor interesse for et sådant besøg, og da deltagerantal er begrænset til 30 personer, har vi valgt at lave det over 2 dage.

Søndag den 1. marts kl. 10.00 eller lørdag den 7. marts kl. 13.30.

Programmet er det samme begge dage. Man møder op ved rensningsanlægget Hindsholmvej 281, 5370 Mesinge - på det aftalte tidspunkt. **KOM I GOD TID**, så programmet kan overholdes. Man kører ind til højre lige før porten til Genbrugspladsen.

Vi får en rundvisning på ca. 1 time, og herefter byder virksomheden på kaffe og kage.

Turen sluttet med en vandring i Sybergland for dem, der ønsker det.

Af tidsmæssige årsager bliver det maks. 5 km.

Det er gratis at deltage, men tilmelding er nødvendig.



Tilmelding: Lilian Munch Pedersen - tlf. 2245 1156 - lilian.fodslaw@gmail.com. Oplys venligst om du/I kan begge dage - så er det nemmere at få til at gå op.

Tilmelding sen. 1. febr. - hvis der er for mange tilmeldte, er der lodtrækning.

Dette arrangement er kun for medlemmer af Munkebo Fodslaw

Søndag 1. marts - Træningstur i Nyborg

Fodslaw Nyborg inviterer til træningstur på 10 km i Nyborg.

Mødested: Vindinge Kirke, Bøjdenvej 116A, 5800 Nyborg.
Tid: Kl. 9.30 - slut kl. 11.45
Rute: 10 km ført vandring. **BEMÆRK:** der er ingen 5 km
Det er gratis at deltage og tilmelding er ikke nødvendig.



Lørdag 25. april - Fælles Fodslaw-vandring

Vi fortsætter traditionen med en årlig vandretur sammen med de øvrige fynske Fodslaw-foreninger, Odense og Nyborg. I år er Munkebo Fodslaw arrangør.

Mødested: Sybergland, Gedskovvej, 5300 Kerteminde

Mødetid: kl. 13.30

Ruter: 5 og 10 km

Turledere: Lene Rueskov Nielsen og Niels Mortensen

Efter vandringerne er der kaffe og kage i besøghuset. **Husk at medbringe kop.**

Tilmelding ikke nødvendig. Alle er velkomne.



30. april - 4. maj - Lang vandreuge

I år bliver der igen mulighed for at snøre vandreskoene til nogle lange vandreture. Der er arrangeret „Lang Vandreuge“, - 5 vandredage, hvor der hver dag bliver en tur på 18-21 km på forskellige ruter.

Man behøver ikke gå med alle dagene, men er velkommen på én eller flere af turene, som det passer bedst.



PROGRAM:

Torsdag 30. april:

Mesinge Kirke - Mesinge Bygade 55A, 5370 Mesinge.

Turledere: Anelise og Erik Hansen

Fredag 1. maj:

Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde

Turleder: Ketty Wulff-Høier

Lørdag 2. maj:

Lidl, Thorslundsvej 1A, 5000 Odense C.

Turledere: Gitte Wowk og Gitte Glad

Søndag 3. maj:

Håstrup Kirke, Pilekrogen 5, Håstrup, 5600 Fåborg.

Turledere: Inger og Reinhard Pedersen

Mandag 4. maj:

Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde

Turleder: Gudrun Knudsen

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

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



Aktivitetsoversigt 1. halvår 2026

På disse sider er der en oversigt over alle de aktiviteter, der er planlagt i foråret 2026. Arrangementerne er beskrevet nærmere i bladet. Her finder du også datoer for arrangementer i efteråret 2026, som allerede nu er fastlagt.

		Tilmelding
Søndag 7. Dec.	Julemærkemarch i Odense	Ingen
Lørdag 27. Dec.	Julemotion i Odense	Ingen
Søndag 11. jan.	Nytårsmotion	Ingen
Onsdag 18. febr.	Generalforsamling	Judith – sen. 5. febr.
Lørdag 28. febr.	Vandring repræsentantskabsmøde i Nyborg	Ingen
Søndag 1. marts	Træningstur Nyborg	Ingen
Søndag 1. marts	Virksomhedsbesøg Rensningsanlægget	Lilian – sen. 1. febr.
Lørdag 7. marts	Virksomhedsbesøg Rensningsanlægget	Lilian – sen. 1. febr.
Lørdag 25. april	Fællesvandring	Ingen
30. april – 4. maj	Lang vandreuge	Ingen
6.- 7. maj	Bustur til Esbjerg og Fanø	Lilian
9. - 10. maj	Storebæltsvandring	Ingen
Torsdag 14. maj	Himmelfartsvandring	Kirkekontor sen. 7. maj
Tirsdag 19. maj	Nattergalevandring	Ingen
1.- 3. juni	Bustur til Vendsyssel	Lilian
Tirsdag 9. juni	Aftentur med rejespisning	Niels Ole – sen. 27. maj
Mandag 15. juni	Flagfest i Odense	Ingen
Onsdag 17. juni	Vandring i Sorø	Judith - fra 1.jan.
Lørdag 27. juni	Sommertræf hos Blohm	Jørgen Blohm – sen. 18. juni
Tirsdag 4. aug.	Sæsonstart i Tårup	Kirsten J. – sen. 29. juli
Onsdag 19. aug.	Bustur til Skovtårnet og Holmegård	Lilian
Tirsdag 25. aug.	Ø-tur til Strynø	Kommer senere
6.-13. sept.	Bustur til Østgrig	Lilian
Søndag 13. sept.	Fjordens Dag	Ingen
Tirsdag 22. sept.	Høstvandring i Munkebo	Kommer senere
Onsdag 7. okt.	Rejseinformationsaften	Kommer senere
Uge 44 - 45	Lang Vandreuge	Ingen
Onsdag 21. okt.	Klubaften	Kommer senere
Tirsdag 27. okt.	Bustur til Skamlingsbanken og Kolding	Lilian
Lørdag 28. nov.	Juleafslutning	Kommer senere

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 5. jan.	MIC - Munkebo Idræts Center Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Kirsten Boysen
Mandag 12. jan.	Langeskov Center,, Centertorvet,, 5550 Langeskov	Majbritt Hansen
Mandag 19. jan.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Sigrid Rasmussen
Mandag 26. jan.	MIC - Munkebo Idræts Center Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Birte Lillesø
Mandag 2. febr.	Langeskov Center,, Centertorvet,, 5550 Langeskov	Kirsten Josefsen
Mandag 9. feb.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Lilian Munch Pedersen
Mandag 16. feb.	MIC - Munkebo Idræts Center Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Sigrid Rasmussen
Mandag 23. feb.	Langeskov Center,, Centertorvet,, 5550 Langeskov	Karin Trøst
Mandag 2. marts	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Anelise Hansen
Mandag 9. marts	MIC - Munkebo Idræts Center Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Bjarne Christensen
Mandag 16. marts	Langeskov Center,, Centertorvet,, 5550 Langeskov	Kirsten Josefsen
Mandag 23. marts	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Lilian Munch Pedersen
Mandag 30. marts	MIC - Munkebo Idræts Center Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Sigrid Rasmussen
Mandag 6. april	<i>Ingen vandring – påskeferie</i>	
Mandag 13. april	Langeskov Center,, Centertorvet,, 5550 Langeskov	Anelise Hansen
Mandag 20. april	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Carlo Kristiansen
Mandag 27. april	MIC - Munkebo Idræts Center Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Bjarne Christensen
Mandag 4. maj	Langeskov Center,, Centertorvet,, 5550 Langeskov	Karin Trøst
Mandag 11. maj	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Carlo Kristiansen
Mandag 18. maj	MIC - Munkebo Idræts Center Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Birte Lillesø
Mandag 25. maj	<i>Ingen vandring – pinseferie</i>	
Mandag 1. juni	Langeskov Center,, Centertorvet,, 5550 Langeskov	Karin Trøst
Mandag 8. juni	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Anelise Hansen
Mandag 15. juni	MIC - Munkebo Idræts Center Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Henning Valter
Mandag 22. juni	Langeskov Center,, Centertorvet,, 5550 Langeskov	Anelise Hansen

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

Motionsture torsdag formiddag - alle ture starter kl. 10.00

Tid	Mødested	Turleder 5/10 km
Torsdag 8. jan.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Anelise Hansen Niels Mortensen
Torsdag 15. jan.	MIC – Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Kirsten Boysen/ Judith Lynggaard
Torsdag 22. jan.	Langeskov Center – Centertorvet 5550 Langeskov	Solvejg Nielsen/ Kirsten Josefsen
Torsdag 29. jan.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Kirsten Glans/ Børge Glans
Torsdag 5. feb.	MIC – Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Knud Pedersen/ Tove Kristensen
Torsdag 12. feb.	Langeskov Center – Centertorvet 5550 Langeskov	Erik Hansen/ Anelise Hansen
Torsdag 19. feb.	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Judith Lynggaard/ Niels Ole Jensen
Torsdag 26. feb.	MIC – Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Sigrid Rasmussen/ Niels Ole Jensen
Torsdag 5. marts	Langeskov Center – Centertorvet 5550 Langeskov	Karin Trøst/ Kirsten Josefsen
Torsdag 12. marts	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Anelise Hansen Carlo Kristiansen
Torsdag 19. marts	MIC – Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Henning Valter/ Tove Kristensen
Torsdag 26. marts	Langeskov Center – Centertorvet 5550 Langeskov	Majbrit Hansen/ Karin Petersen
Torsdag 2. april	Ingen torsdagstur – påskeferie	
Torsdag 9. april	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Lilian M. Pedersen/ Kirsten Glans
Torsdag 16. april	MIC – Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Bjarne Christensen/ Birte Nielsen
Torsdag 23. april	Langeskov Center – Centertorvet 5550 Langeskov	Karin Trøst/ Kirsten Josefsen
Torsdag 30. april	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Sigrid Rasmussen/ Niels Ole Jensen
Torsdag 7. maj	MIC – Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Birte Lillesø/ Judith Lynggaard
Torsdag 14. maj	Ingen torsdagstur – se "Himmelfarts-vandring" andet sted i bladet.	
Torsdag 21. maj	Langeskov Center – Centertorvet 5550 Langeskov	Kirsten Josefsen/ Birgit Larsen
Torsdag 28. maj	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Kirsten Glans/ Børge Glans
Torsdag 4. juni	MIC – Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Bjarne Christensen/ Judith Lynggaard
Torsdag 11. juni	Langeskov Center – Centertorvet 5550 Langeskov	Majbrit Hansen/ Jytte Esbensen
Torsdag 18. juni	P-pladsen ved Kerteminde Minigolf, Marinavejen 16, 5300 Kerteminde	Birte Lillesø/ Gudrun Knudsen
Torsdag 25. juni	MIC – Munkebo Idræts Center, Mosevangen 2, 5330 Munkebo	Anne Sofie Christensen/ Tove Kristensen

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	Turledere
Søndag 4. jan. kl. 10.00	P-plads, Ørbækvej 100, (over for Bilka) 5220 Odense SØ. Ruter 5 og 10 km.	Lilian M. Pedersen/ Lene Rueskov Nielsen
Søndag 11. jan. kl. 13.00	Nytårsmotion -Troelskærsalen, Lindøalleen 51, 5330 Munkebo. - se særlig omtale i bladet	Afmærkede ruter
Lørdag 17. jan. kl. 13.30	Langeskov Skole, Rønningevej 38, 5550 Langeskov. Ruter på 5 og 0 km.	Kirsten Josefsen/ Karin Petersen -
Søndag 25. jan. kl. 10.00	Bovense Kirke, Ringervej 2A, Bovense, 5800 Nyborg. Ruter på 5 og 10 km.	Kirsten Josefsen/ Stig Jensen
Søndag 1. febr. kl. 10.00	Fjordagerhallen, Strandvejen 39, 5240 Odense NØ. Der er ruter på 5 og 10 km.	Lise Toftthøj/ Lise Poulsen
Lørdag 7. febr. kl. 13.30	Munkebo Bakke, Loddenhøj 304, 5330 Munkebo Der er ruter på 5 og 10 km.	Hans Rye/ Tove Kristensen
Lørdag 14. febr. kl. 13.30	Skellerup Kirke, Skellerup Byvej 46, 5540 Ullerslev. Ruter på 5 og 10 km	Anelise Hansen/ Kirsten Josefsen
Søndag 22. febr. kl. 10.00	Netto, Blækhatten 11-13, 5220 Odense SØ Ruter på 5 og 10 km.	Inger Pedersen/ Reinhard Pedersen
Søndag 1. marts kl. 10.00	Besøg på Kerteminde Rensningsanlæg og vandring i Syberglend. - Se særlig omtale.	
Lørdag 7. marts kl. 13.30	Besøg på Kerteminde Rensningsanlæg og vandring i Syberglend. - Se særlig omtale.	
Lørdag 14. marts kl. 13.30	P-pladsen, Strandskovvej 15, Nordenhuse, 5800 Nyborg. Ruter på 5 og 10 km.	Erik Hansen/ Anelise Hansen
Søndag 22. marts kl. 10.00	Fraugde Kirke, Fraugdevej 67, 5220 Odense SØ. Der er ruter på 5 og 10 km.	Kirsten Vinding/ Lars Ole Christensen
Lørdag 28. marts kl. 13.30	Dalum Bibliotek, Dalumvej 95, 5250 Odense SV. Der er ruter på 5 og 10 km.	Terje Tharaldsen/ Gitte Glad
4./ 5. april	Ingen vandring - påskeferie	
Lørdag 11. april kl. 13.30	Hesbjergvej 11, 5491 Blommenslyst. Der er ruter på 5 og 10 km.	Sigrid Rasmussen/ Niels Ole Jensen
Søndag 19. april kl. 10.00	Drigstrup Sognegård, Drigstrup Bygade 46, 5300 Kerteminde. Der er ruter på 5 og 10 km.	Mona Rasmussen/ Birthe Nielsen
Lørdag 25. april kl. 13.30	Fællesvandring for de fynske Fodslaw-forenin- ger. Syberglend, Gedskovvej, 5300 Kerteminde. Ruter på 5 og 10 km. Se særlig omtale.	Lene Rueskov Nielsen/ Niels Mortensen
Tirsdag 28. april kl. 19.00	Odense Friluftsbad, Elsesmindevej 50, 5200 Odense V. Der er ruter på 5 og 10 km.	Lilian Munch Pedersen/ Erik Toft
Tirsdag 5. maj kl. 19.00	Vissenbjerg Idræts Center, Idrætsvej 3, 5492 Vissenbjerg. Ruter på 5 og 10 km.	Gitte Glad/ Birgit Lundbæk
Tirsdag 12. maj kl. 19.00	Fællestur til Sorthusene på Stige Ø. Mødested: Søpavillonen, Østre Kanalvej 7, 5270 Odense N. Rute på ca. 8 km.	Gitte Wowk
Tirsdag 19. maj kl. 19.00	Nattergalevandring i Urup Dam. Fællestur. Mødested: p-plads ved Rynkeby Præstegård, Rynkeby Bygade 45, 5350 Rynkeby. Se særlig omtale i bladet.	Niels Mortensen
Tirsdag 26. maj kl. 19.00	Årslevhallen, Bøgehøjvej 2, 5792 Årslev. Der er ruter på 5 og 10 km.	Sigrid Rasmussen/ Niels Ole Jensen
Tirsdag 2. juni kl. 19.00	Ryslingeallen, Ellehavevej 1, Ryslinge, 5856 Ryslinge. Der er ruter på 5 og 10 km.	Lene og Tage Mikkelsen Kristen Bonde Jensen
Tirsdag 9. juni kl. 19.00	Rejespising. Troelskærsalen, Lindøalleen 51, 5300 Munkebo. - se særlig omtale i bladet.	
Tirsdag 16. juni kl. 19.00	Rønninge Kirke, Kirkestræde 2, Rønninge, 5550 Langeskov. Der er ruter på 5 og 10 km.	Lene Rueskov Nielsen Kirsten Josefsen

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.

9.- 10. maj - Storebæltsvandring

Fodslaw Nyborg arrangerer Storebæltsvandring - denne gang over 2 dage.

Start: Birkhovedskolen, Svanedamsgade 2, 5800 Nyborg.
Indgang ved rundkørslen Enghavevej/Svanedamsgade

DAG 1 - lørdag 9. maj:

Ruter: 6, 11, 15, 23, 27, 32 og 37 km samt en ført tur på 3,5 km

Starttider: kl. 8.00-12.00 - 6, 11 og 15 km
kl. 8.00-9.00 - 23, 27, 32 og 37 km
Alle skal være i mål kl. 17.00.
kl. 10.00-13.00 ført tur med lokalhistorie - 3,5 km

Startkort: kr. 25 - startkort og diplom kr. 30

Tilmelding: ikke nødvendig - man møder blot op.

DAG 2 - søndag 10. maj: Kløverstierne i Nyborg.

Ruter: Kløverstierne + 25 og 29 km

Starttider: kl. 8.00-12.00 for de 3 kløverstier
8.00-9.00 for 25 - 29 km.
Alle skal være i mål kl. 16.00

Startkort: kr. 25 - startkort og diplom kr. 30.

Vandreweekenden er for alle, der har lyst til at møde vandrere fra andre foreninger og få en god oplevelse.

Tilmelding ikke nødvendig - man møder bare op. Alle er velkomne. Forplejning kan købes til Fodslaw-priser.



Torsdag 14. maj - Himmelfartsvandring

Kirkerne på Hindsholm og Kerteminde/Drigstrup indbyder i samarbejde med Munkebo Fodslaw til Himmelfartsvandring - denne gang i Dalby Kirke.

Vi mødes **kl. 10.00** i Dalby Kirke - Dalby Bygade 1, 5380 Dalby.

Der vil være en kort andagt og derefter en vandring på ca. 6 km, hvor vi kommer gennem smuk natur og med spændende indslag undervejs.



Vandringen slutter ved præstegården, Fynshovedvej 322, 5380 Dalby.

I præstegården serveres en sandwich, og drikkevarer kan købes.

Man er velkommen til at parkere ved skolen eller ved præstegården.

Der er plads til 50 deltagere i spisningen.

Tilmelding til spisning **senest 7. maj** til Kerteminde Kirkekontor, Præstegade 4 - tlf. 65322389 eller limp@km.dk

Man er velkommen til at deltage i vandringen uden spisning. Alle er velkomne.

Kommende arrangementer

Tirsdag 19. maj - Nattergalevandring

Så er det igen blevet tid til at lytte efter nattergalen.



Vi mødes **kl. 19.00** ved p-pladsen ved Rynkeby Præstegård, Rynkeby Bygade 45, 5350 Rynkeby.

Herfra går vi sammen til Urup Dam, hvor vi prøver at lytte os frem til nattergalen eller bare nyde den smukke natur.

Fodslaw er vært ved en øl/vand efter turen.

Tilmelding ikke nødvendig.

Turleder: Niels Mortensen

Tirsdag 9. juni - Aftentur med rejespisning



Kom og vær med til en hyggelig aften i godt selskab med Fodslaw-venner. Alle medlemmer er velkomne - også selv om man ikke deltager i vandreturen.

Vi mødes **kl. 19** ved Troelskærsalen, Lindøalleen 51, 5330 Munkebo.

Efter ca. 5 km vandretur til bl.a. Munkebo Bakke, hvor vi får et glas vin, mens vi nyder udsigten, vender vi tilbage til Troelskærsalen og de lækre fjordrejer. Der er også noget til dem, der ikke spiser rejer.

BEMÆRK: Der er ingen ekstra vandring efter rejespisningen

Foreningen er vært ved rejer og brød. Drikkevarer kan købes til „Fodslaw-priser“.

Tilmelding: Niels Ole - tlf. 2320 5425/nielsole69@gmail.com **sen. 27. maj**

Dette arrangement er kun for medlemmer.



Mandag 15. juni - Flagfest i Odense

Danmarkssamfundet arrangerer igen Flagfest, hvor vi deltager sammen med andre foreninger i den årlige fejring af Dannebrog. Niels og Birgit repræsenterer Munkebo Fodslaw med vores fane.

Der er endnu ikke taget stilling til tid og sted. Nærmere oplysninger vil komme i nyhedsbrev.



Kommende arrangementer

Onsdag 17. juni - Vandring ved Sorø Sø med besøg hos Sorø Akademi

Vi mødes ved Langeskov Station og tager toget kl. 8.40 til Sorø. Fra stationen går vi til Sorø Akademi - ca. 1,5 km. Vi får en rundvisning med guide i de historiske lokaler og hører historien „Fra kloster til Akademi og Gymnasium,„. Der fortælles om Absalon, Holberg og B.S. Ingemanns betydning for stedet, og vi ser de fine udsmykninger i hovedbygningen. Derefter bliver der besøg i den nyrenoverede Klostekirke, hvor konger ligger begravet.



Den medbragte frokost spiser vi i Akademiets have.

Så skal der vandles - 5 eller 9 km. Der bliver mulighed for at gå den smukke tur rundt om Sorø Sø på 9 km. Turen går langs søbredden, gennem Akademihaven og skoven. 5 km turen går et stykke ad stien ved Sorø Sø, videre gennem byen og slutter ved Sorø Torv.

Der bliver lidt tid på egen hånd.

Man kan evt. seje med turbåden „Lille Claus,“ på Sorø Sø - ca. 1 time/kr. 80.

Man kan besøge Sorø Kunstmuseum eller nyde en stund i Akademihaven.

Vi tager toget retur til Fyn og er tilbage i Langeskov ca. kl. 18.



Tag selv madpakke og drikkevarer med til turen.

Pris: ca. kr. 300 som dækker togbilletter og besøg på Sorø Akademi.

Den endelige pris fastsættes, når togbilletterne kan købes i marts.

Tilmelding: Først-til-mølle **fra 1. jan. og sen. 1. marts** til Judith tlf. 2572 1202 pjel@post.tele.dk.

Turledere: Judith Lynggaard og Poul Erik Hansen

Lørdag 27. juni - Sommertræf

hos Inge og Jørgen Blohm, Bøgeskovvej 37, 5540 Ullerslev.

Vi mødes **kl. 15.00** til kaffe og kage og efterfølgende er der vandretur i området.

Efter vandreturen spiser vi den medbragte mad (indendørs).

Fodslaw giver en snaps - øvrige drikkevarer medbringes.

Husk bestik og service til eget brug.

Kom med til en rigtig hyggelig dag med andre Fodslaw-medlemmer.

Tilmelding til Jørgen Blohm, tlf. 65391048 eller 2267 2840 **sen. 18. juni.**



Dette arrangement er kun for medlemmer

Tirsdag 4. august - Sæsonstart

Vi starter som sædvanligt efterårssæsonen med vandring og grillpølser i Tårup.
Mere om tid og mødested i næste Fodslaw Tidende.



Tirsdag 25. august - ø-tur



Årets ø-tur går til den smukke ø Strynø i Det Sydfynske Øhav.
Program mv. kommer i næste Fodslaw Tidende.
Sæt allerede nu **X** i kalenderen.

Fodslawrejser 2026

Årets rejseprogram blev præsenteret på vores rejseaften den 1. okt.

23.-30. januar

Flyrejse - 8 dage - La Palma *)

6.-7. maj

Busrejse - 2 dage - Esbjerg/Fanø

1.-3. juni

Busrejse - 3 dage - Vendsyssel

Onsdag 19. aug.

Bustur - 1 dag - Skovtårnet og Holmegård

6.-13. sept.

Busrejse - 8 dage - Østrig

Tirsdag 27. okt.

Bustur - 1 dag - Skamlingsbanken og Koldinghus

**) Tilmeldingen er slut - man kan evt. komme på venteliste.*

Tilmelding: Lilian - tlf. 2245 1156 - lilian.fodslaw@gmail.com



Deltagerne fra turen til Bornholm - august 2025

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
	Kirsten Vinding	51708411	kvinding@hotmail.com
Bladudvalg	Niels Ole Jensen	23205425	nielsole69@gmail.com
	Lilian Munch Pedersen	22451156	lilian.fodslaw@gmail.com
	Henning Valter	50857345	phvalter@gmail.com
	Erik Toft	22160847	eto2ft@gmail.com



Kontingent

Medlemskab af Munkebo Fodslaw koster årligt **kr. 325** for den første person i husstanden. Efterfølgende personer i samme husstand betaler årligt **kr. 110**. Medlemsskab gælder 1 år fra indmeldelsesdagen og opkræves af hovedforeningen. Læs mere på side 7 om indmeldelse.

Betaling for ture og arrangementer

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

Foreningens kontonummer er: 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

Gunnar Jørgensen, Kerteminde. Erik Toft, Odense V. Poul Thorsen, Årslev. Dorit Bjørn-Larsen, Kerteminde. Susanne og Finn Lundkjær, Munkebo. Bodil og Finn Hellum, Munkebo. Marianne Larsen, Drigstrup. Birgit Thora Larsen, Drigstrup. Kirsten og Bo Jørgensen, Agedrup. Birgitte Riis og Erland Olesen, Kerteminde.

Pr. 15.11.2025 har foreningen 307 medlemmer fordelt på 224 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 juni

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 (juni og december). Det sendes til medlemmerne, pressen, samarbejdspartnere mm.