



FAABORG SKI & MOTIONSKLUB



VEST CUP PÅ RULLESKI 2016

FSM og Faaborg var stedet, hvor årets sidste rulleskiløb blev afviklet. Der har været 10 afdelingen hen over året. Det første og sidste løb var i Faaborg, og begge løb har været rulleskiskydning. Vi skylder en stor TAK til Faaborg Skytteforening, Karen, Kirsten, Niels og Svend Aage, som gør det muligt for os at lave denne Biatlon.

SKI-SMØREN

27 Årgang – Nr. 3 – Oktober 2016

Redaktion

KLUBHUS

Gåsebjergsand, Odensevej 150
Naturlegepladsen

KLUBKONTINGENT

Familiekontingent kr. 500,00
(Familie m/børn til/med 24 år)
Senior kr. 325,00
Junior kr. 150,00

SKISMØREN

Udkommer 3 gange årligt med terminer
marts - juni og oktober.

NÆSTE UDGAVE

Artikler og indlæg til Kell frem til
1. marts 2017
Mail: lau@faabva.dk

HJEMMESIDEN

www.FSM-faaborg.dk



Medlemsændringer

Når I flytter, får ny e-mail eller nyt telefonnummer, bedes det meddelt til kassereren, undertegnede.

Vi bruger disse oplysninger til at kommunikere med jer.

Vi er udvalgene og undertegnede.

Med venlig hilsen Kell Lauritsen
lau@faabva.dk

Træningstider

LØBETRÆNING

Onsdag vinter kl. 10:00
Onsdag sommer kl. 17:30
Fredag kl. 10:00
Søndag kl. 10:00
Fra Klubhuset
Onsdag, vinter kl. 17:30
Fra Forum Faaborg

GÅMOTION

Torsdag fra klubhuset
Vinter kl. 10:00 Sommer kl. 09:30

CYKELTRÆNING, SENIOR LANDEVEJ

Tirsdag Sommer kl. 17:00
Onsdag kl. 10:00
Torsdag Sommer kl. 18:00
Fredag kl. 10:00
Søndag kl. 10:00
fra Klubhuset

CYKELTRÆNING, UNGDOM LANDEVEJ

Tirsdag & torsdag kl. 16:30
Mødested aftales på forhånd

MTB TRÆNING FRA KLUBHUSET

Torsdag kl. 18:00
Lørdag kl. 13:30
Søndag kl. 10:00
fra Klubhuset

SKITRÆNING - RULLESKI

Onsdag fra klubhuset
Vinter kl. 10:00 Sommer kl. 17:00
Lørdag efter aftale med Freddy
Tlf. 20 76 54 55

SVØMNING - TRIATHLON M.M.

Periode 1. september til 30. april
Lørdag kl. 08:00 - 09:00
Onsdag kl. 19:00 - 20:00

Formanden har ordet

Så er sommeren blevet til efterår, men sikken et og sikken glæde vi har haft af det indtil nu.

Der er som altid fuld gang i alle klubbens fantastiske tilbud. Svømmesæsonen er også i fuld gang. I år er der motions-svømning lørdag 8:00-9:00, og holdet med svømmetræning er onsdag 19:00-20:00 samt lørdag 11:00-12:00.

En stor tak til alle jer hjælpere, som har hjulpet til ved vores løb. Uden jer var det ikke muligt at afholde løbene. Derfor vil der igen i år blive afholdt en medhjælperfest. Festen holdes den 5. november. Der vil inden længe blive sendt mail ud til jer, som har været hjælpere. Jeg ser frem til en hyggelig dag.

Der har været mulighed for at prøve og bestille løbetøj samt letvægts regnjakker. Det ønskede tøj er nu bestilt. Det bliver dejligt at se endnu flere af jer skønne medlemmer med vores FSM tryk på tøjet.

Feminaløbet blev igen i år afholdt til UG. Desværre har folkene bag Feminaløbet meddelt, at vi ikke får løbet til Faaborg mere. Hvis der i klubben er stemning for, at flere udvalg går sammen og laver en anden slags arrangement, så lad os gøre det. Det kunne evt. være Bike & Run eller noget andet spændende.

Vores nye klubhus har der været arbejdet med hen over sommeren. Klubhuset bliver en del af et nyt aktivitetscenter, som udover FSM og orienteringsklubben vil huse spejdergruppen Sund og Alpe som faste brugere. Herudover er der plads til skoler og institutioner samt brugere,



der kommer lejlighedsvis. Centerets placering er fastlagt, og en skitse til det er udarbejdet. Hele materialet forventes færdig omkring 1. november og vil kunne ses på FSMs hjemmeside. Det næste år skal bruges på at lave en ny lokalplan, ansøge fonde om midler til opførelsen og tegne centeret i detaljer.

Natten mellem lørdag den 29. og søndag den 30. oktober er det slut med sommertid for i år. Det er som bekendt ikke noget, der sætter begrænsninger for de seje medlemmer i FSM. Træningen skal bare tilpasses årstiden, så lad os byde vinteren velkommen. For løbeafdelingen betyder det, at aften træning om onsdagen flyttes, så vi i stedet for at løbe fra klubhuset løber fra Forum Faaborg. For gå-motion betyder det, at torsdagsturene fra klubhuset begynder kl 10:00 i stedet for kl 9:30.

Vi markerer vinterskiftet og griller de overskydende pølser fra Alpeløbet efter formiddagsturen i skoven søndag den 30. oktober. Kom og vær med og hyg dig. Alle medlemmer er velkomne.

Alan Winther-Jørgensen

Hardy

- Cykler - Alt i rep.
- Reservedele
- Fiskeri

LAGONIS MINDE 8 · 5600 FAABORG

Tlf. 62 61 06 60

www.fribikeshop.dk

KLITGAARDS BAGERI

Assensvej 20 · 5600 Faaborg · Tlf. 62 61 87 78
klitgaards-bageri@konditor-bager.dk



HURTIG NØDHJÆLP

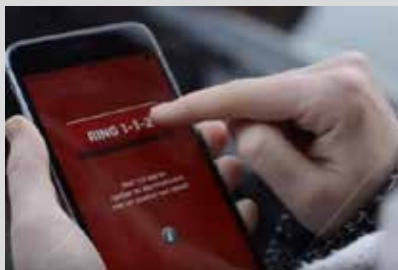
På baggrund af faldulykker i gå-motion har Hanne Storm gjort opmærksom på, at der findes en gratis app kaldet 112app, som man kan downloade til sin smartphone.

Hvis du befinder sig et sted, hvor der er mobilforbindelse, kan du bruge app-en til at tilkalde hjælp. Alarmcentralen kan se præcist, hvor du befinder dig, hvis din GPS er slået til.

Du kan downloade og læse om app-en på www.112app.dk

Med Danmarks officielle 112 app kan du starte et opkald til alarmcentralen og samtidig sende mobilens GPS-koordinater afsted. På den måde kan du få hjælp hurtigere.

112 app'en er gratis



INDKALDELSE TIL GENERALFORSAMLING

**Tirsdag den 28. februar 2017
kl. 19:00 i klubhuset.**

Dagsorden i henhold til vedtægtens § 9.

- Valg af dirigent.
- Valg af to stemmetællere.
- Formandens beretning.
- Udvalgenes beretning.
- Godkendelse af revideret regnskab.
- Budget for det igangværende regnskabsår.
- Fastsættelse af kontingent for det kommende regnskabsår.
- Behandling af indkomne forslag.
- Valg af 2 medlemmer til forretningsudvalget for 2 år ad gangen.
I år formand og sekretær.
- Valg af 1 suppleant til forretningsudvalget for 1 år.
- Valg af 1 revisor for to år, idet der altid skal være 2 revisorer.
- Valg af 1 revisorsuppleant for 1 år.
- Eventuelt.

Forslag fra medlemmer, der ønskes behandlet på generalforsamlingen, skal være indgivet skriftligt til formanden senest lørdag den 18. februar 2017 klokken 19:00.

Medlemmer, der har betalt kontingent, er stemmeberettigede.

Materiale til dagsordenen offentliggøres på hjemmesiden senest den 21. februar 2017.

Bestyrelsen

45 år med Alpeløb

I år blev der traditionen tro afholdt Alpeløb i Svanninge Bjerge den anden søndag i september.

En anden tradition - at løbet starter kl 10 - blev vi dog med temmelig kort varsel nødt til at lave om, da der var arrangeret falkeflyvning i skoven om formiddagen. Løbet blev derfor afholdt over middag.

For at fejre, at løbet har 45 år på bagen, kunne man som noget nyt løbe en halvmaraton-distance og tilkøbe en grilltallerken, der kunne nydes efter løbet. Vi var som arrangører temmelig spændt på interessen for begge tiltag.

Succesen var dog så som så, da tilmeldingsfristen blev nået. 8 løbere havde tilmeldt sig den nye distance, der blev udgjort af 2 omgange af 10 km-ruten samt en lille sløjfe fra kostalden til Odensevej.

Kun 18 personer havde forudbestilt grill, og vi besluttede derfor at indkøbe pølser og brød samt øl og vand, der kunne sælges på stedet til favorable priser.

Det samlede antal tilmeldte var kun 127, hvilket var noget lavere end ønsket.

Heldigvis blev mange løbere lokket af det gode vejr og hjælperne, der håndterede eftertilmeldinger kom på hårdt arbejde. Vi nåede i alt op på 181 deltagere.

På løbsdagen gav det senere starttidspunkt en rolig formiddag med god tid til



en kop kaffe til det store antal hjælpere, inden der blev taget fat på klargøringen.

Gert Odde Damsgaard stod for opvarmning af de glade løbere, der efterfølgende blev sendt af sted på de 4 forskellige distancer. Før, under og efter løbet spækkede en veloplagt Henrik Poulsen, hvilket bidrog til den hyggelige stemning på den dejlige naturlegeplads. Præmieoverrækkelsen blev flyttet ind på pladsen, hvor de tre bedste i hver kategori blev hyldet.

Præmien for største skolehold blev igen vundet af Enghaveskolen, men skarpt forfulgt af Faaborg gymnasium, der havde én deltager mindre. Det var Faaborg ski og motion, der løb med pokalen for største hold - meget flot, idet rigtig mange havde valgt "hjælperuniformen" i stedet for løbetøj. Lodtrækningspræmien blev i år vundet af Jesper Bugge Kold.



Det nye initiativ med salg af pølser mm blev utrolig godt modtaget, så der måtte en stafet i byen efter ekstra forsyninger. Vi kan vist roligt gentage dette næste år.

Efter oprydning var der grill-hygge for dagens hjælpere, der blev udgjort af ikke mindre end 40 aktive personer. Utrolig flot og skønt at så mange er klar til "at løfte i flok."

Næste år er det besluttet, at løbet afholdes den 3. søndag i september (17. september). Dette skyldes, at der er broløb over Storebælt den 2. weekend i september.

Annette Møller Dall

100 KM TRAIL LØB

Af Lisbeth Hansen

Vi var 2 aktive fra FSM, der deltog i 100 km trail løbet til Outdoor Sydlyn den 20. august 2016. Vi var Jan Jakobsen 50 år og Lisbeth Hansen 34 år.

Det har været en oplevelse for livet, et personligt mål, og en stor sejr er vundet. Vejen dertil har ikke været en dans på roser, men med gode løbe kammerater, en kæreste som har været der 100 %, en god portion stædighed og vilje, så når man langt. Der er blevet langt mange timer på landevejene, mange timers træning, og så bare på 11 timer og 43 min, så er det overstået!

Her kan I læse vores spændende projekt 100 km, som Jan Jakobsen fik mig lokkede til. Jan er jo selv en mand som op til flere gange har prøvet at løbe ultra løb. Her fik jeg fornøjelsen af at tage turen med ham.

Dagen startede med at stå op 04.00 om morgenen, bussen til Lundeberg kørte afsted kl 04.40 fra Faaborg banegård. Humøret var højt i bussen, og vi og de andre løber var klar og spændte. Starten gik kl 06.05 fra Lundeberg havn, hvor de sidste detaljer blev drøftet. Vi kom afsted til en smuk solopgang, og vi løb i samlet flok langs standen. Efter et par km var vi faldet ind i den gruppe, der passede vores tempo, og så var det bare afsted på vej mod de 100 km. Snakken gik i gruppen, og vejret var optimalt at løbe i. Turen gik fra Lundeberg, til Svendborg, via Egebjerg bakker, Fjællebroen, havnebadet i Faaborg, og så



På golfbanen i Svanninge bakker



Svaninge Bakker

lige et lille loop i Svaninge bakker, før vejen igen gik til havnebadet.

Efter 10-12 km indtraf min første krise, maven drillede, svimmelhed, og bare dårlig tilpas. Jeg synes det var alt for tidligt. Først efter vi forlod Svendborg omkring de 35-40 km, var jeg ovenpå igen. Svendborg turen var hård, mange små stejle bakker, intet overskud, og der var stadig 70 km. De indre kampe blev taget. Der var kun et at gøre, og det var at flytte sig fremad, og lade være med at kigge på uret.

Drive-in eller booking
 Åbningsstider:
 Man.-tors. 8-16.30
 Fredag 8-15.00
 Lørdag 9-13.00

PAVA BILSYN
 SMEDEMESTERVEJ 22 · 5600 FAABORG

Tidsbestilling på
 Tlf. 25 33 70 69
 On-line booking på
www.pavabilsyn.dk

Tal FOTO
 med
FAGMANDEN

sølvhjelm FOTO
 Mellemgade 9 · 5600 Faaborg · 62 61 03 45

**KORINTH
 RØR-
 FABRIK**

IK

I Egebjerg bakker blev der indtaget mad, og turen gik videre til Fjællebroen, hvor vores første pacer Jan Bendtsen ventede. En is fra den søde kone i ishuset, sendte os ud på de sidste 35 km med en frisk og veloplagt pacer. Vi havde vores strategi med at gå op ad de høje og lange stigninger, og holde vores løbetempo ned. Det kørte, dog begyndt Jan Jakobsen at få krisen inden Faaborg, hvor vi første gang skulle ramte havnebadet. Jan var træt og udmattet. Jeg var frisk, havde overskud, og glædede mig til at se min lille familie og venner stå dernede, samt vores nye pacer Martin Howmann, der stod klar til at løbe den sidste

del med os. Det var helt fantastisk at se de folk, som var mødt op, bare for at heppe på os, og sende os afsted på de sidste 22 km. Jan har en fantastisk evne til at fortsætte og ignorere den side af ham, som siger stop nu. Han er så sej.

Turen til Svanninge Bakker var hård, og benene var trætte af bakker og stigninger. I bakkerne fik Jan et overskud og et smil på læben igen. Jeg skulle lige bide et par hårde km i mig, og glædede mig til, at turen gik ned mod Faaborg. Efter de hårdeste og højeste stigninger i bakkerne var taget, skulle vi over Lerbjerget, over Nyborgvejen, bagom ned mod Sundet. Vores humør steg, da vi på toppen kunne se klokketårnet, og vi vidste, at der kun var et par km tilbage. Vejen ind over byen og ned til havnebadet, var både en lettelse, men også lidt underligt, for nu var det snart slut. Vi havde tilbagelagt 101.8 km på 11 timer og 43 min og det var det.

Vi blev taget imod på flotteste maner, med flag og klappen, fra alle mulige, familie, venner, bekendte, trænings venner og nysgerrige tilskuere. Det var helt overvældende.

Så var det tid til en kold øl, som Jan havde glædet sig til :-). Jan blev nr. 4 af herrerne, og jeg nr. 1 af kvinderne. Det skal lige siges, at jeg var eneste kvinde, der stillede op. Vi startede omkring 24 i Lundeborg, og 15 gennemførte løbet.

Vi har fået en fantastisk opbakning fra de lokale. K-Sport har sørget for løbetøj, både til alt træningen før, men også et sæt til dagen. Ellen Møller og Erik Damgaard har sørget for kost tilskud og protein pulver. Vesterport Bageri sørgede for den bedste brunsviger til alle løbere i mål. Rema 1000 ved Lars Møller har givet den skønneste frugt til alle løbere i depoterne. Vaffelbageren har lavet konkurrencer. Aviser og radioer har fortalt om dette spændende projekt. Hvor er det flot, og vi har sat stor pris på alle de ting og opbakning til dette, har været helt vildt.



Lisbeth på sejrsskamlen



Mål

Og hvad skal vi så nu? Det må tiden vise, jeg har pt. ingen nye store mål, men en familie og uddannelse som skal passes. Og for at være ærlig: Så har det været svært pludselig ikke at træne i samme mængde som før. Før var der et fast program om at opnå et vist antal km hver uge, og nu skal man gøre, som man nu har tid og lyst til. Måske vender jeg en dag tilbage til sådanne et løb, hvem ved, for sådanne en udfordring fra Jan er nok ikke den sidste :-)

Man kan, hvad man vil, så Alle der har en drøm, et mål eller ønske om noget, det er bare at komme i gang. Det behøver ikke at være i dette omfang, alt tæller, og det der giver mest, er den personlige sejr man har opnået bagefter.

Håber denne lille historie vil give stof til eftertanke, og måske bringer den lysten og nysgerrigheden til live, efter at opnå Jeres eget personlige mål.

Husk man skal ikke sammenligne sig med de andre. Vær stolt af det lige Du kan, og det der bringer dig glæde ind i dit liv. Det er aldrig for sent.



På kaffepletten ved Sundsøen

Fra Klosterlund Museum til Kollemorten 30.8-1.9

Hærvejen



Af sted på Hærvejen

Tirsdag morgen pakkede vi 3 personbiler med vandrepiger og bagage og kørte mod Engesvang og Klosterlund Museum, hvortil vi nåede sidste år. Efter formiddagskaffen med en enkelt, lækre hjemmebakte boller og ditto marmelade samt en formidabel udsigt over Bølling Sø, var vi klar til at følge i vore forfædres spor langs hærvejen.

Området omkring Bølling Sø midt på den jyske højderyg er et godt valg, hvis man har

hang til at føle historiens vingesus. Søen har eksisteret siden sidste istid - bortset fra perioden 1870 - 2005, da man forsøgte at opdyrke stort set hvad som helst. Søen blev tørlagt, men den dueede ikke som landbrugsjord, i stedet blev der gravet tørv. I forbindelse med tørvegravningen fandt man mange levn fra tidligere perioder bl.a. Tollundmanden og Ellingkvinden. De ældste, daterede fund fra området er fra 11.000 f. Kr.

Bølling Sø er nu genskabt og vi valgte at følge et stisystem langs med søbredden, hvilket var en mindre afvigelse fra den rute, man officielt kalder 'Hærvejen.' Vejret var perfekt til vandretur; tørvejr, let overskyet, godt 20°'s varme og en let brise. Og humøret var som vejret; herligt.

Der er noget særligt ved at gå. Man kan se indad, man kan konversere om stort og småt, man kan nyde landskabet med dets forskellige planter og dyr - vi nød endnu engang store arealer med lyng, enebær, tyttebær og blåbær - og undrede os over de utallige stålorm, der var gået til på denne rute. Man kan også betragte gamle og nye kulturspor i landskabet fra bronzealderhøjene til høje beton søjler. Sidstenævnte viste sig at bære den tværgående jyske motorvej over Funder ådal. Turen fortsatte sydpå ad jernbanetracéen fra 'Den skæve bané', der engang gik fra Funder til Brande, videre gennem skov og langs hegn til 'Møllegården' i Sepstrup. Vores første overnatningssted på turen.

Efter en gang udspænding, en kop kaffe og et bad var ingen mere mærket af dagens etape på godt 20 km, end at der også var energi til lidt leg. En bedre middag blev afsluttet med hjemmebakke kager pyntet med flag. For naturligvis var der én, der havde husket, at eks-dronning Anne Marie fyldte 70 år den dag. Og selvom hun har mistet både krone og trone, så svigter gå-pigerne ikke. Hjertelig tillykke. Vi tørnede ind i vore små træhytter. Mange af os lå vågne den halve nat og ventede på, at andre tissetrængende listede ud, så vi

kunne få selskab i mørket hen over det fugt-
tge græs til toiletvognen. Men bortset fra, at
vi skulle ud for at komme på toilet, så var det
et udmærket sted.

Næste dag fortsatte vi sydpå gennem Skær-
bæk Plantage, hvor der var spor af sandflugt
på skovvejene. Det var ikke så sært, for vi var
ikke langt fra Sepstrup Sande. Vejret var om
muligt endnu bedre denne sidste sommer-
dag end den foregående dag. Også denne dag
bød på blomstrende lyng og fantastiske, mo-
sklædte skovbunde. Dybe spor i bakkerne af
hæmskoene, der blev monteret på vognhju-
lene. Gamle hulveje nær Ansø Møllegård og
indlandsklitter ved Vrads Sande var blandt
kultur- og natur-højdepunkterne.



Eftermiddagskaffen

Dagens etape nåede også op på godt 20 km.
Ifølge herbergskataloget skulle der være 18
km fra Møllegården til Nørhoved, som var
turens andet overnatningssted. Vore to gps-

målinger var enige om, at vi havde gået mel-
lem 20 og 21 km. Som en af pigerne bemær-
kede: man skal ikke tro på alt, hvad der står
i bøgerne.

Nørhoved ligger fantastisk nær skov og sø.
Mage til idyl skal man lede længe efter. Vore
værter var yderst imødekomende, og vi fik
lov til at brede os i et par værelse mere, end
vi havde bestilt. Snakken gik lystigt over den
lækre middag, som også denne dag var leve-
ret fra Harresø kro, så det unge par i lokalet
op til vores spisestue fik vist ikke meget ro.

Men slangen i paradiset viste sig ved 5-tiden
om morgenen. Vi blev vækket af et gevaldigt
skyderi. Og det fortsatte lidt spredt derefter.
Da vi havde spist morgenmad, smurt mad-
pakker og startet dagens etape sydpå, varede
det ikke længe, før vi stødte ind i vores vært,
der sad sammen med sine grønklædte 'lege-
kammerater'. Andejagten var gået ind. Da vi
nærmede os gruppen, råbte en af gå-pigerne,
at de ikke måtte skyde os – hvortil en vittig
hund replicerede: at det jo ikke var hønsejagt.

Turen fortsatte øst om Nørre Snede, hvor
nogle af os pludselig blev grebet af en trang
til basser. Vinden bar duften fra Kjeldsens
småkagebageri ud til os. Men vi måtte altså
nøjes med duften. På vejen gennem Neder-
gård Skov passerede vi et åbent hedeareal,
der under 2. verdenskrig fungerede som
Yvonne-nedkastningsområdet. Det blev be-
nyttet i krigens to sidste år. Der er nu rejst
en mindesten for modstandsbevægelsen i
området. Hærvejen fortsætter gennem Tin-
net krat, hvor både Gudenåen og Skjern å
udspringer. Vi tog en afstikker fra ruten og så
begge udspring. Ved Gudenåens udspring var
en skoleklasse (1.klasse?) på lejrskole. "Sikke
mange de er" sagde en lille gut til en anden.
"Det er fordi, det er sådan nogle gammeldags
damer", forklarede kammeraten. Og det svar
tog den første for gode varer, og så legede de
videre. De gammeldags damer gik videre. Fra
udspringet af Danmarks længste å, som løber
mod øst – til udspringet af Danmarks vand-
rigeste å, Skjern å, der løber mod vest. Hvis
man ikke helt har forstået, hvad 'vandskellet'



Gennem smukt bakket landskab

betyder, så kan man bare besøge Tinnets Krat, hvor to vandløb, der kun er adskilt med ca. 500 m, løber i hver sin retning.

Ved Øster Nykirke mødte vi en meget engageret graver, som kunne fortælle, at Nationalmuseet for nylig havde lokaliseret et par store stentavler, som oprindeligt var hjemmehørende i Øster Nykirke, men som var forsvundet i forbindelse med en restaurering af kirken. Nu var stentavlerne kommet tilbage. Stentavlerne er udført af en lokal stenhugger. Øster Nykirke har været et vigtigt vartegn for de rejsende på hærvejen. Med sin placering 130 m over havets overflade har kirken kunnet ses viden om. Øster Nykirke blev også en oase for os. Såvel kirke som kirkegård var

meget velholdte. Udsigten var flot. Man kunne hvile benene et øjeblik og vandflaskerne kunne fyldes igen. Og så var der kun 2 km til Kollemorten, hvor turen sluttede. Den sidste dags-etape blev også på godt 20 km.

Kære 11 gå-veninder: I har været et fantastisk selskab. Højt humør og et rask trav på hele turen. Det har været mageløst, som der hele tiden har været godbidder at hente i rygsækken både i flydende og fast form. Alle har budt ind med noget, såvel til ganen, som til kroppen i form af udspændingsøvelser, og dagens godnatsang må være til sjælen. Jeg håber vi fortsætter turen.

Årets arrangører: Bente Aalund, Inger Vinther, Inge Hansen

Inger Vinther

FORMIDDAGSTRÆNERNES LANGE CYKELTURE

Vi cykelryttere, der kører om formiddagen, har planlagt nogle lange ture.

Den første tur var den 26. juni til Middelfart. Strandvejen over Assens til Middelfart ad cykelruterne 60 og 70. Der kom desværre ikke nogen, da vejret så lidt trist ud, men det blev faktisk OK. Så den tur blev aflyst.

Den 27. juli havde vi Brændeskov turen. Det blev lidt bedre. Vi var 6: Bente, Karsten, Kurt, John, Ole og mig. Afgang kl 9:00 over Diernæs, Pejrup, Vester Aaby, Hundstrup, Egebjerg, Tved, og så gennem Brændeskov til Gislev. Fra Gislev tog Kurt lige over, da han kendte området lidt bedre end os andre. Vi andre fik en fin sløjfe til Ringe, som bragte os forbi Lykkesholm Gods og Ravnholt Gods. Kom ud ved Ryslinge og var lige inde at handle hos bageren, inden vi kørte videre til Ringe. Vi spiste vores forplejning på Kurts terrasse i dejligt vejr. Og så gav han selvfølgelig en øl, den gode mand. Videre bag om Ringe, Gestelevej, Vantinge, Sallinge forbi Gelskov Gods, Brobyværk, Søbo og hjem. Vi var i 4 kommuner: Faaborg-Midtfyn, Svendborg, Nyborg og Assens. Med 8 kommuner på Fyn har vi jo været det halve Fyn rundt på 113 km. Det er da meget godt. En god stemning og godt humør. En god dag, tak for det.

Jeg har nævnt til formiddagstrænerne, at hvis der blev nogle søndage med fint vejr, kørte jeg nogle improvisationsture. Sådan en annon-



Krengerup Gods



Hestbjerg Slot

cerede jeg den 31. juli. Der var ikke nogen, der ville med. Så jeg kørte selv til Tommerup Stationsby og videre til Hestbjerg skoven. Jeg var lige inde at se Hestbjerg Slot, som vi har set i TV, da der var kloster, og hvor der boede et par russiske nonner. Efter ejeren er død, er slottet overgået til en fond, men de har vist ikke så mange penge, idet det er ved at forfalde. Der ligger også en lille alternativ landsby a la den i Hundstrup. Jeg fik en snak med en ung mand, hvis far var flyttet ind i 2008. Han vidste faktisk en hel del om området. Dette var måske en turmulighed for gå-motion. Nå, men tilbage til Tommerup og videre mod Frøbjerg Bavnehøj, hvor jeg spiste min forplejning med en flot udsigt. Videre mod Glamsbjerg gennem Krengerup Gods med Skoda Museet, forbi De Japanske Haver til Nr. Broby og Brobyværk, Faaborg og hjem til Vester Aaby. Faktisk en rigtig fin tur, dog ærgerligt at ingen havde lyst til at køre med på de 123 km.

Povl Frederiksen

TUR TIL SAMSO 30. AUGUST – 1. SEPTEMBER 2016

Endnu et godt eksempel på en vellykket vandretur, hvor planlægning og afvikling i den grad gik op i en højere enhed.



Sonja beundrer den smukke båd

Opskriften kender vi, og den kan umiddelbart lyde enkel:

1. Valg af destination 2. Engagerede tilrettelæggere 3. Deltagelse af glade vandrere med åbent sind. Uforudsigeligt held og ”medvind” skal nu heller ikke undervurderes.

At det blev Samsø, var en naturlig fortsættelse af vandreturen på øen sidste år. Indkvarteringen gav også sig selv, i og med den idylliske Købmandsgård i Ballen med et miljø, der er som hentet ud af vore oldeforældres tid, var oplagt at booke igen. Indlogering i f.eks. Jomfruburet, Kommiskammeret, Ammunitionsrummet, Bedstes stue eller Saltkammeret kan nok sætte skub i associationerne.

Fra tidlig tirsdag morgen, hvor bussen kørte fra Faaborg kl. 06.30 til hjemkomst om torsdagen kl. 19.15, havde Marianne, Irene og Else godt styr på logistik og vandreture. Efter ankomst og indkvartering i Ballen var vi klar til at gå de 11 km til Vesborg Fyr og undervejs komme forbi Brattinborg Gods.

Onsdagens tur gik mod nord til Stavns Møde og Kanhave Kanalen... En tur på godt 15 km.

Torsdag nåede vi ud til Rockhotellet i Brund-

by og tilbage til Ballen, inden busturen til Sælvig havn og hjemrejsen.

I tilgift til det fine program kom en række uforudsigelige faktorer, som fik glædes-barometret til yderligere at stige adskillige grader.

Vejrguderne var venligt stemte. Høj sol og let brise fulgte os gennem skovområder, ud på strandenge, ad veje i åbent landskab og gennem idylliske landsbyer. Når vi svedige og trætte kom tilbage til Ballen, var det skønt med en svømmetur i det rene havvand. Nogle var endda også morgensvømmere.

Mødet med samsingerne blev et møde med hjælpsomme og gavmilde folk. Vores værtinde, Christine, på Købmandsgården, sørgede godt for vores forplejning og velbefindende. Vi oplevede f.eks. også buschauffører, der tog sig tid til at hjælpe lokale passagerer, eller indvilgede i at hente os ved et opsamlingssted en time før aftalt tid. Så var der ham den smilende og vinkende buschauffør, der stoppede op, fordi han syntes, at tre af vore ”underdrejede” gå-veninder, der var med i bussen, skulle have lejlighed til at vinke og hilse på os, der



I rask trav på Samsø



Gåpigerne foran købmandsgården i Ballen

gik på vejen. Flere steder kunne man ganske gratis smage på frugt, der var sat ud til vej-kanten.... incl. lækre figener. Det skærgårds-røde rockhotel i Brundby, hvor de musikalske og kulinariske oplevelser er vigtige ingredienser, er det eneste familieejede hotel med 3 generationer på lønningslisten på Samsø. Spændende at høre indehaveren, kaldet Guf, fortælle om sit liv i hotelbranchen – alt imens vi kunne nyde husets hvidvin.

En ekstra stor x-faktor var selve humøret og stemningen i flokken af gå-piger. Vi var på

ingen måde mere trætte efter gåturene, end at vi havde ”krudt” til at nyde middagen og fortsætte aftenerne i de lavloftede stuer med masser af snak, sjove selskabslege, latter og sang, nu med Mette ved det opretstående klaver. Den sidste morgen kunne vi oven i købet synge fødselsdagssang og fejre Else S. med flag og morgendram.

Tusind tak til alle inkl. Marianne, Irene og Else for en fornøjelig tur til Samsø.

Jette G.



DOMINO

»Det gyldne hjørne«

v/ Louise Halken - Vestergade 1 - Faaborg
tlf. 62 61 23 93 - www.guldsmeddomino.dk

Faaborg Ski- og Motion – bare en tand bedre

Tandlægerne
■■■■ Det Gule Pakhus

Tandlægerne i Det Gule Pakhus

Vitus Jakobsen

Havnepladsen 3B 5700 Svendborg

www.tdgp.dk

Tlf.: 62 21 20 09

e-mail: info@tdgp.dk

VELKOMMEN TIL



FORUM FAABORG
SUNDHED • FRIVILLIGHED • IDRÆT



FLEXMOTION KUN 325 kr./md
Fitness | Body Bike Biograf | Svømmehal | Wellness faciliteter | Slagbold | Holdtræninger



SPAREKASSEN FYN



BIRKELYGAARD

Faldsled Vandrerhjem, 29902240
Assensvej 521, Faldsled, 5642 Millinge
www.faldsled.dk faldsledhostel@events.dk
idrætsarrangementer, temadage, kurser
eller måske fødselsdage eller anden mærkedag
så kan vi tilbyde overnatning til sportspriser



Hågerupvej 44 · 5600 Faaborg
Tlf. 62 65 11 11 · 62 65 14 63
Biltlf. 40 46 87 65



AASTRUP VOGNMANDS- FORRETNING A/S

Tlf. 62 61 79 00
Mobil 20 66 77 44

ALSACE - En cykeltur med Carsten og Jane og FSM 2016

Fra 11. juni til 18. juni 2016. En tur vi efterhånden har prøvet mange gange og lige smuk hver gang. Denne tur i 2016 skilte sig dog lidt ud, fordi vi kørte til byen Kientzheim i smukt vejr, og vi kørte hjem i smukt vejr, og det vil sige sol og blå himmel.

HM en de øvrige dage, og de dage, hvor vi skulle ud at cykle og nyde vinvejene og bjergtoppene i Vogeserne, startede med regn. Omkring kl. 10 kom solen, og vi kunne cykle ud, bortset fra tirsdag, sikke et møgvejr, men vi var dog ude, og kom soltørrede hjem.

Vi var 22 personer på turen, fordelt i 6 biler. Vi startede lørdag morgen kl. 6. Der var samlet afgang fra Bager Klitgaard og vi var fremme i Kientzheim kl. 19 efter en køretur på 1.142 km.

Vi havde næsten alle en god køretur, dog en enkelt undtagelse ved en tankning, inden turen gik over Rhinen, fik en dieselsbil fyldt op med benzin. Det gav problemer, som betød, at vi først havde dem i Kientzheim kl. 23.

Vi bor i 3 ejendomme. Hovedejendommen ligger i Rue De Chapelle, og det betyder lige ved kirken, som ringer med klokkerne hvert kvarter. Det er også her alle måltider indtages. 5 personer boede hos et ældre ægtepar på ca. 85 år i en meget smuk lejlighed. Det var en ren Tornerose lejlighed. 9 personer boede hos Domaine Schmitt & Carrer i en lejlighed, som bare er en drøm.

Lørdag den 11. juni er det Gunners fødselsdag, så han lavede aftensmaden. Lutter gode sager og alle blev ved bordet til kl. 23,15 og gik trøtte i seng kl. 24, så lørdag blev en lang dag.

Søndag var det blevet besluttet, at vi i samlet flok fulgte ad til Münster. Vi kørte kl. 10. Vejret var sol og blå himmel, turen gik via Ingersheim, Türrckheim. På torvet i Münster



skiltes vi ad. De som ville køre Col de La Schluct, tog mod toppen. Jeg kørte med i mit eget tempo og var sidste mand, da vi kørte ind på bjerget.

Jeg kom forbi Buller og Carsten ved "oste-koen", og efter en lille time var jeg på toppen. Der havde ind i mellem været nogle regnbyger. På toppen skinnede solen, indtil vi skulle køre ned, så kom regnen igen.

Ikke alle kom op, der var flere som blev kolde, vendte om, og kørte ned til Münster. Derfra gik turen til Storkemor og hjem. Den dag fik jeg cyklet 91 km.

Mandag kl. 10 gik turen gennem vinmarkerne til byen Chatenois. Vi var en stor flok. Damerne var med. Tanken var, at vi ville lave en damegruppe, som kørte hjemad, men det endte med, at vi alle cyklede mod byen Ville. Vi blev dog standset efter ca. 7 km af et stort vejarbejde, som vi ikke kunne komme forbi. Vi vendte om og alle kørte hjemad via det faldske Kintzheim.

- Alt til grill - take away
- Specialiteter
- Alt hjemmelavet til en god frokost eller middag
- Take Away
- Sandwich
- Brunch



Landslagteren ApS
Torvegade 23
5600 Faaborg
Tlf.: 62 61 06 30

mad med mere
www.landslagteren.dk



STARK

Sammen bygger vi professionelt

I Sydbank er det vores mål at lytte til dine behov, så vi bedre kan forstå og handle efter dine ønsker. Så kom ind og fortæl os om dine drømme og planer, så hjælper vi dig med at gøre dem til virkelighed.

Velkommen i Sydbank!

Torvet 1 · 5600 Faaborg · tlf. 74 37 62 80
info@sydbank.dk · sydbank.dk

Sydbank



Når jeg skriver alle, passer det ikke, for de meget hårde, nemlig "Gunnergruppen" 5/7 mand tog hver dag en meget lang tur.

Hjemme i vores gård og efter lidt frokost blev John og jeg enige om, at tage turen over Ammerschwihr til Trois Epi. Jeg var færdig, da vi kørte ind på bjerget efter golfbanen. John fortsatte til toppen. Jeg kørte til Kaysersberg ind til bageren og fik en kop kaffe og et stort stykke flødeskumskage. Hjemme igen kl. 16 efter en tur på 71 km.

Tirsdag heldagsregn – næsten – tiden blev fordevret med kortspil og kager til kaffen og middagssøvn.

Kl. 15 kørte Lis, Henning og jeg på vinsmagning hos Domaine Faller. Vi fik en kæmpe oplevelse, idet den normale vinsmagningsstue var optaget. Vi fik plads i folkekøkkenet, smagte på gode vine, og så samtidig en fantastisk egnsret blive tilberedt samt bagning af en fransk landtærte. Vi fik dog ikke lov at spise med.

Vi købte alle vin af bedste kvalitet. Sidst på dagen ophørte regnen. Kl. 18,30 gik vi alle til Sigolsheim for at spise på restaurant. Fantastisk mad speciel fransk forret, derefter fiolet, foi gras (ristet) flødekartofler og salat. Vinen til maden var et tilskud fra klubben lokal Pino Blanc. Så kom kaffen og desserten. Jeg fik Creme Boulet, alle gik glade hjem i solskin. Jeg fik cyklet 4 km (bageren)

Onsdag kom regnen. Vi cyklede dog ud kl. 11

i småregn, i Sigolsheim mødte vi en flok ryttere på Vælte Peter, nok 20, alle klædt ud i tøj fra den tid, og på alle mulige mærkelige cykler. Vi fik en god snak med disse mennesker, som kom fra hele verden, og som dagen før havde cyklet 47 km. John Stenner fik en tur på Vælte Peter. Dagens km 41.

Torsdag lignede det heldagsregn fra morgenstunden. Carsten med flere fik den gode ide at køre til Mulhouse. Damerne gik på strøgtur, og herrerne gik på veteranbilmuseum. Det var bare så godt.

Da vi kørte hjem kl. 12, kom solen frem. Efter frokost og en lille en på øjet cyklede jeg en tur til Requewihr, Kaysersberg og Storkemor (fik en lille en), så kom John og Povl, de havde fået samme ide. Dagens km 32.

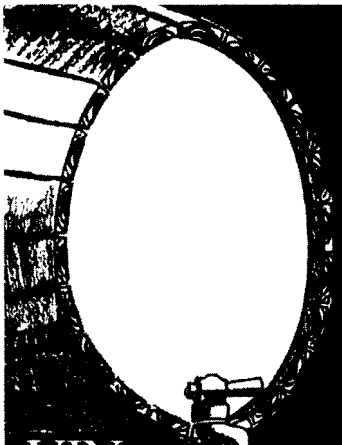
Fredag var overskyet og småregn, dog lidt sol kl. 10. Vi er i dag delt op i mange grupper, som hver har sit ønske til ugens afslutning.

Den gruppe jeg er med i består af Palle, Stig, Lisbeth, Birgit, Bent, og Erik. Vi kørte mod Türkckheim for at tage turen op til Trois Epis. Lige inden toppen fik vi en skylle, så vi benyttede restauranten og et par kopper kaffe til at tørre os. Vi kørte derefter mod Le Linge, men inden opturen tog vi vejen til Obey og kørte ned til Kaysersberg. Vi tænkte på frokost hos Storkemor, men nu var vejret rigtigt godt, og kl. var kun 11,30, så Palle foreslog at køre op på toppen af Col de Ferlang, og derfra ned til Ribeauville. Det blev en hård tur op, Bent og Birgit byttede cykler. På toppen blev der byttet tilbage, og så gik det nedad de næste 11 km, supertur. Vi fandt en bænk først i Gågaden, fik madpakken frem og investeret i en stor fadøl. Vel hjemme i Kientzheim havde jeg kørt 76 km.

På trods af den megen regn blev det en god tur for os 22 fra FSM.

Freddy Johansen

PS. Jeg fik cyklet 315 km, 120 km mindre end jeg plejer på Alsace turen.



**VIN
KÆLDEREN**
- Midt i Gaden Østergade 20
5600 Faaborg - Telefon 62 61 07 20

Blomster Komponisten



Livsstilsbutik

Mandag 10⁰⁰ - 17⁰⁰ Tirsdag - Torsdag 10⁰⁰ - 17⁰⁰
Fredag 10⁰⁰ - 18⁰⁰ Lørdag 9⁰⁰ - 13⁰⁰

Albanivej 5, Nr. Lyndelse

Tlf. 65 90 24 94

Fax 65 90 26 94

Danske Bank



**Fysioterapi
&
Osteopati**

Simon Strandby Skov · Søren Vahl Rasmussen
Vestergade 40a · 5600 Faaborg · Tlf 88 82 70 40
Krogsgårdsvej 14 · 5672 Broby · Tlf 88 82 70 40
email: info@fysio-osteo.dk · www.fysio-osteo.dk

ALPELØBET 2016



I år er det 45 år siden det første ALPELØB havde sin start.

Løbet blev startet og udtænkt af klubbens navnkundige formand Knud E. Hansen, i daglig tale "Sygekasse Hansen".



Fra starten

Han havde etableret FAABORG SKIKLUB sammen med nogle ivrige skiløbere, som hver gang der var sne i Svanninge Bakker, var at finde i skoven. Han manglede noget træning til det at løbe på ski. Så i 1972 blev Alpeløbet født.

Skiftende tider indenfor sporten havde stor indflydelse på Alpeløbet. I de første mange år blev løbet større og større, fordi der overalt var stor tilstrømning til det at løbe. Den største tilmelding til løbet var ca. 700 deltagere. Gennem mange år har der været mellem 350 og 500 deltagere.

Her i 2016 var vi nogle stykker fra løbe- og cykelafdelingen som på vores faste træningsformiddage fra sidst i juli måned og det meste af august måned manglede at vide noget om afvikling af løbet i 2016.

Vi sendte en mail til klubbens løbeudvalg "hvor bliver I af" og fik svaret: Vi er i gang, nok lidt sent, men hvis I vil hjælpe med at "gøre" det og det - så når vi det!

Løbeudvalget fik styr på Alpeløbet med en god planlægning og en god information til dem, som skulle hjælpe med diverse opgaver før, under og efter løbet.

Så rammerne for Alpeløbet var – næsten – på plads, som de plejer at være.

Gennem de mange år løbet er blevet afviklet, har der været 3 ejere af Svanninge Bakker, Naturstyrelsen, Steensgaard og Brorsen, men sådan er det ikke mere. Skovene har skiftet ejerskab, så i dag er der Naturstyrelsen i Svanninge Bakker, og Bikubenfonden som har erhvervet Steensgaard skov samt Knagelbjerg og Høbbet skove.



Fra ruten



Største skolehold

FSM fik i god tid tilladelse til at afvikle Alpeløbet af de nye ejere. Men en måned før løbet i 2016 fik løbeudvalget at vide, at Bikubenfonden selv skulle bruge Lerbjerget kl. 10 til en naturoplevelse med en falkeopvisning, som jeg og min familie var oppe for at se. Det var en flot opvisning.

FSM fik herefter valget mellem at starte efter kl. 13.00 eller løbe en anden dag.

Men Alpeløbet kunne sagtens være startet kl. 11 uden at havde forstyrret falkeopvisningen, da falcken fløj mod syd, og vi løb mod nord. Der var kun ca. 40 tilskuer til opvisningen.

Derfor kunne starten på Alpeløbet ikke blive kl. 11, som den har været de sidste mange år, men først kl. 13,30 – denne sene start har kostet mange deltagere til årets løb.

Jeg havde fået den ære, at skyde starten i gang på alle 4 distancer, og jeg kunne se, at der var 166 løbere over startmåtterne.

Så året 2016 er det år med færrest startende i løbets historie.

Så klubbens ønske må være, at starten går kl. 11, og at der måske ikke skal være et halvmaraton. Vi har jo klubbens Extremmaraton i juli måned.

Freddy Johansen

Nyt fra Gå-motion - Om sommerens og efterårets aktiviteter

Af Gå-udvalget

Ture fra klubhuset

Sommeren igennem har der hver torsdag været ture fra klubhuset. Der har været god tilslutning til turene, selv på de dage, hvor der har været en- og flerdagsture til andre steder. De fleste torsdage har vi delt os i en lille



Godt med en kop kaffe efter gåturene

gruppe, der går 5 km, og en stor gruppe, der går længere ture. Nogle gange går grupperne hver sin tur, andre gange følges vi ad og skilles ude på ruten. Den gruppe, der kommer først hjem, plejer at sætte kaffe over, så vi kan få en sludder om dagens oplevelser, inden vi tager hjem.

På turene i august havde vi desværre nogle faldulykker, som resulterede i brud på arme og skulder. Heldigvis har vi gode førstehjælpere i blandt os, som tog sig af de tilskadekomne og fulgte dem tilbage til klubhuset og videre til læge og skadestue.

Det fine sensommervejr holdt hele september og satte prikken over i-et på vores ture.

Bågå

Tove Wikkelsø og Lene Christoffersen stod for en meget vellykket tur til Bågå i begyndel-

sen af juni. Turen var et nyt initiativ og blev sommerens tilløbsstykke med godt og vel 50 deltagere. Vejret var varmt og solrigt, så vi nød sejlturen til og fra øen og vores vandring i den smukke natur. De fugleinteresserede glædede sig over, at der var et par havørne i luften.

Fra havnen gik vi mod vest og fulgte kystlinjen i hele øens længde. Stranden, vi gik på, var stenet. Ved afløbet fra Vestermose måtte vi have sko og strømper af for at vade over til den anden side. Da vi nåede øens nordende, fortsatte turen langs et hegn ind mod byen, som ligger centralt på øen.

Den store udskiftning af gårdene har ikke ramt Bågå. Kun ganske få gårde er flyttet ud fra landsbyfællesskabet. Kunne man 'slå vingerne ud' og hæve sig lidt over øen, ville man kunne se en fin stjerneudskiftning. I dag har øen cirka 20 beboere, i fordums dage var der over 200 øboere.

Da vi havde spist madpakkerne, fortsatte turen ned mod havnen, hvor der er en god badestrand. Mange nåede en tur i vandet, før vi sejlede tilbage til Assens.

Grethe Krogh, der er født på Bågå, fortalte om ø-livet i hendes barndom og længere tilbage i tiden.

Grethe er opvokset i gården nærmest kirken. Hendes familie ringede med kirkeklokken, og hendes mor lunede vand til barnedåb. Når der var begravelse, ventede Grethe eller hendes søskende på, at kisten blev sænket i graven, hvorefter de løb hen og hejste flaget på hel som tegn til, at andre øboere også kunne flage på hel stang.

På øens nordspids indsamlede øboerne fuglelæg på den lidt nordligere holm, Ægholm. Det må man ikke mere, hverken samle æg eller færdes der, idet området er udlagt til fuglereservat.

Grethe berettede også om øboernes faste overbevisning om, at der aldrig kom tordenvejr på Bågå. Derfor var det måske et udslag af nemesis, at et voldsomt tordenvejr ramte øen i 1880, og 4 gårde brændte ned.

Sundet og Kaleko

I juli inviterede Else Christensen os vanen tro på madpakketur til Kaleko og Sundet. Vi gik en rundtur med udgangspunkt fra klubhuset. På halvvejen var vi fremme ved Elses bopæl, hvor vi samledes i haven og nød vore madpakker og de lækkerier, Else trakterede os med. Det kølige julivejr til trods havde vi en fin tur.

Odense Å og blomsterfestival

I august bød Annie Henriksen på en smuk tur til Odense Å og blomsterfestival. Turen begyndte ved den gamle stationsbygning i Dalum, der nu er indrettet som kaffebar, Velodrom Kaffebar. Den er holdt i en hyggelig og beskeden nostalgisk stil. Vi kiggede indenfor. Selvom såvel trakterement som interiør så meget tillokkende ud, besluttede vi, at det var for tidligt holde kaffepause.

Vi gik langs åen fra Dalum Station til Eventyrhaven. Åen slynger sig en del på strækningen. Det var helt vindstille og klart vejr med højt solskin, hvilket nok var årsag til, at åen var så spejlblank, at vi nærmest blev svimle af at se på træerne, der spejlede sig i vandet. I Eventyrhaven beundrede vi, det farvestrålende georginebed, der stod i fuldt flor.



Træerne spejlede sig i den spejlblanke å



Georginerne i Eventyrhaven beundres

På Flakhaven overværede vi Githa Nørbys navngivning af en ny velduftende cremefarvet rose fremavlet af Rosa Eskelund fra Dyreborg. Rosen fik navnet Fru Nørby.

Efter navngivningen spiste vi vore medbragte klemmer i Eventyrhaven. Herefter havde vi god tid til at se blomsterfestivalen på egen hånd, inden vi fulgtes tilbage til Dalum Station.



Githa Nørby efter navngivning af rosen Fru Nørby.

Flerdagsture

Midt i juni var 22 gå-piger på vandretur på Ærø, hvor de overnattede på det ny- og velstandsatte vandrerhjem i Marstal. I august vandrede 12 piger ad Hærvejen fra Kraglund til Kollemorten, mens andre 22 tog til Samsø. De tre ture er beskrevet andre steder bladet.



Nordby på Samsø

Velkomstmøde for nye gå-piger

29. september holdt gå-udvalget for andet år i træk et velkomstmøde for nye medlemmer af gå-motion. Vi havde indbudt alle, der har meldt sig ind siden sidste velkomstmøde i oktober 2015. Vi fortalte om gå-motion, FSM og klublivet. 4 ud af 11 nye deltog i mødet.

Gå-motions aktiviteter fra oktober til december

6. oktober arrangerer gå-udvalget årets sidste madpakketur. Den går vanen tro til Helvedes Hule, hvor vi nyder vore medbragte sandwiches.

Senere glæder vi os til at holde sangdag efter torsdagsturen den 27. oktober.

3. november holder vi klubmøde, hvor vi skal vælge gå-udvalg for 2017, evaluere årets ture og komme med forslag til næste års ture og arrangementer.

Afdelingens sidste arrangement er vores julefrokost den 24. november.

Dejlig vandretur på Ærø

Onsdag den 15. juni tog 20 glade vandrepiger af sted med færgen fra Faaborg til Søby.

Vibeke og Randi havde planlagt en todages tur på Ærø, og det var en fantastisk planlægning. Fint lunt vejr, højt humør og god information om turen. Vel ankommet til Søby tog vi bussen til Ærøskøbing. Og hvor er det dog nemt og positivt med de gratis busser.

Fra Ærøskøbing drog flokken ud ad molestien og derfra videre ud ad den nye Nevresti. Det er en rigtig god grussti, som følger vandkanten, hvilket gjorde vandringen til en stor fornøjelse. Ved Kragenæs drejede vi af over dæmningen og fortsatte mod Marstal. Nogle km før vi nåede ind til byen, gik vi over dejlige enge og med udsigt over bugten til Ommel.

Ikke længe efter gik vi gennem gaderne til Marstal by. Et skønt syn at se de mange gamle skipperhuse og de velholdte haver fyldte med roser i fuldt flor. Selvfølgelig måtte vi inden om et "vandingshul", inden vi skulle slutte dagen på Vandrehjemmet. Sådan en kold øl efter en varm 14 km vandretur er ikke at foragte.

Om vandrehjemmet i Marstal er der kun godt at sige. Det er ny-istandsat, alt var så fint, gode værelser, fin spisesal og flot tre ret-



Underholdning på Ærø



Gå-pigerne nyder den flotte udsigt

ters menu til aftensmad. Den søde værtinde sørgede virkelig godt for os, og vi havde en hyggelig aften.

Næste morgen kl. 7 var der morgenmad, madpakkesmøring og derefter afgang kl 8.45. Og det blev med musik, idet en gammel søulk satte sig i haven og spillede os ud på sin banjo og mundharpe.

Vi tog igen en bus. Denne gang til Bregninge hvor vi var inde i kirken for at se den fine altertavle udskåret i 1530 af den kendte Claus Berg. Han har også lavet altertavlen i Odense Domkirke.

Herefter videre ud for at fange Øhavsstien, som i et smukt og meget kuperet terræn ledte os videre. Det var en strækning med det ene flotte kig ud over vandet efter det andet, bølgende enge og lange rækker med hvide dufte hyldebuske. Efter ca. 6 km nåede vi til Søbygård, hvor der endelig var kommet vand i voldgraven. Her indtog vi madpakkerne, mens vi nød de smukke omgivelser og prøvede at overdøve de mange frøers kvækken.

Turen fortsatte mod Vitsø og i år på den

modsatte side af søen, hvor der var etableret en trampesti langs afvandingskanalerne. Det er en smuk sø og dejligt at se, hvordan køer og kalve afgræsser engene. Efter endnu 6-7 km nåede vi frem til Søby og det i så god tid, at vi kunne slappe af og nyde en is eller en kold øl, inden Søby færgen førte os de sidste km hjem til Faaborg.

Det var en varm træet flok kvinder i højt humør, der kom ombord. Og ingen kunne være i tvivl om, at det bare var alletiders tur, vi havde været på.

En stor tak til vores rejseledere. Randi, der som indfødt fortalte om de mange lokaliteter, og Vibeke, der førte os sikkert af sted hele turen og kunne fortælle om mange af de steder, vi kom forbi. Og meget imponerende var det, at hun sammen med Steen havde gået hele turen igennem et par uger før, så tidsplanen holdt, og vi kom til færgen i god tid. Og tak til Ingerlise, som også havde været med i planlægningen, men desværre ikke kunne deltage i turen.

Karen Tholle



A/S Mogens Frederiksen Automobiles

TOYOTA | FAABORG

Tlf. 62 61 95 88 www.mfabiler.dk



Double Layer Anti Blister System



**Løbe- og
vandresokker**

Wrightsock™ er designet med dobbelt lag, der forhindrer gnidninger og beskytter mod vabler.

Det inderste lag er ufarvet og hudvenligt.

Fødderne holdes tørre.

Se mere på: www.wrightsock.dk

.....
Footing • 24 24 59 49 • kundeservice@wrightsock.dk
.....

INTERSPORT®
Shops for Winners

UDVALG/BESTYRELSE

UDVALG

Ski:

Helene Holmstrøm tlf. 6261 8080
Mail: heleneholmstroem@gmail.com
Jørgen Kristoffersen tlf. 5172 0055
Freddy Johansen tlf. 2076 5455

Løb:

Annette Møller Dall tlf. 2126 1223
mail: mollerdall@faaborgvest.dk
Jan Møller Dall tlf. 2556 7902
Hanne Berg-Madsen tlf. 2374 0909
Jørgen Jensen tlf. 4233 7679
Lone Jensen tlf. 6268 1410

Cykel:

Morten Ravn tlf. 2128 6369
Mail: mr@mr-el.dk
Dennis Sørensen tlf. 6160 5889
Freddy Johansen tlf. 2076 5455
Jytte Højmark Jensen tlf. 2077 4509
Peter Konnerup Kok tlf. 6261 4106
Povl Frederiksen tlf. 6160 5609

Gå:

Hanne Bøgeholm Hansen tlf. 2186 8154
Mail: hbh@faabva.dk
Hanne Herwig tlf. 2993 9756
Inger Vinther tlf. 2562 9988
Henny Gram Madsen tlf. 2232 6876
Randi Rasmussen tlf. 6261 1585

Triatlon:

Claus Lopdrup tlf. 4131 5170
Mail: cllo@home.dk
Jan Jakobsen tlf. 6170 9992
Simon Strandby Skov tlf. 3025 9881

BESTYRELSE

Formand:

Alan Winther Jørgensen tlf. 2988 3121
Strandparken 10, Faldsled
Mail: aw-j@live.dk

Næstformand:

Maj-Ann Risum Andersen tlf. 2763 3855
Mail: majanngrafiskdesign@gmail.com

Kasserer:

Kell Lauritsen tlf. 2186 9092
Peter Wessels Vej 18, Faaborg
Mail: lau@faabva.dk

Sekretær:

Bente Rosenkjær tlf. 2154 9973
Mail: benterosenkjaer@gmail.com

Suppleant til bestyrelsen:

Henning Jensen

Hjemmesideadministrator:

Kell Lauritsen tlf. 21 86 90 92
Mail: lau@faabva.dk

Skismøren

Kell Lauritsen tlf. 2186 9092
Mail: lau@faabva.dk

Hjemmeside:

www.fsm-faaborg.dk

Stigende efterspørgsel

- Vi søger boliger til salg!

Kontakt os for en gratis vurdering af dit hjem,
så vi kan få en god snak om din bolig.

Lad os finde ud af, hvordan vi i fælleskab
kan få **DIN** bolig til at skille sig ud.



Claus Jørgen Lopdrup
Ejendomsmægler og valuar

FAABORG

v/ Jens Storm
Ejendomsmægler & valuar, MDE
Mellemsgade 13, 5600 Faaborg
faaborg@home.dk
facebook.com/homefaaborg
Tlf. 63 21 27 00

home.dk

home Faaborg kan tilbyde...

boligvideo

fokusbolig

solgt eller gratis *

og meget meget mere - så ring på tlf. **63 21 27 00**

* Tilstandsrapport, elinstallationsrapport og energimærke er ikke omfattet af 'Solgt eller gratis'.

2857

home

vi vil være din foretrukne ejendomsmægler

Ejendomsmæglerkæde for Danske Bank koncernen

Garant

HELT PERSONLIGT



Tæppehuset Faaborg

www.garant.nu

LØSE TÆPPER · GARDINER · TRÆGULVE · KLINKER · VÆG · TIL-VÆG · VINYL · LINOLEUM · LAMINAT · SOLAFSKÆRMNING