



FAABORG SKI & MOTIONSKLUB



Svendborgsundbroen - flot gåtur i en Coronatid

SKI-SMØREN

31 Årgang - Nr. 2 - Juni 2020

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 Kirsten frem til
1. oktober 2020.
Mail: strandhytten@e-box.dk

HJEMMESIDEN

www.FSM-faaborg.dk



Nyhedsbrev

Modtager du ikke nyhedsmail fra klubben?

Det kan skyldes at vi ikke har fået din rigtige mailadresse.

Vær rar at give Preben besked om ændringer på mail:
Kasserer@fsm-faaborg.dk

TRÆNINGSTIDER

LØBETRÆNING

Onsdag	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, ikke fra Svømmehallen	

GÅMOTION

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

CYKELTRÆNING FRA KLUBHUSET

Formiddagstræning MTB og racer

Onsdag, fredag for pensionister
og de der har fri.

Træningstider landevejscykling fra klubhuset

Tirsdag	kl. 18:00
Torsdag (efter 1. september, kl. 17:00)	kl. 18:00
Søndag	kl. 10:00

Ungdomstræning for 12-15 år + begyndere

Mandag og torsdag,
mødested aftales på forhånd

Træningstider MTB fra klubhuset

Tirsdag	kl. 18:00
Torsdag (efter 1. september, kl. 17:00)	kl. 18:00
Lørdag	kl. 13:30
Søndag	kl. 10:00

SKITRÆNING - RULLESKI

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

FORMANDENS HAR ORDET



Vi er her endnu

Klubben har siden 11. marts været lukket pga. Corona-Pandemien. Alle aktiviteter har været lukket ned.

Nogle få har gået, cyklet og løbet og på denne måde holdt sig lidt i gang. Jeg selv har cyklet en del ture for mig selv. Det er mærkeligt når man nu plejer at køre med sine klubkammerater her om foråret.

Klubben følger de retningslinjer som er udstukket af de store idrætsorganisationer samt Stat og Kommune.

I skrivende stund er vi i pandemiens 2. fase og forløbet har heldigvis været positivt. Klubhuset må stadig ikke benyttes og den træning som nu er igangsat sker på eget ansvar og hvert enkelt medlem har pligt til at følge de offentlige anvisninger – f.eks. at man ikke samler sig mere end 10 personer. Den 3. fase forventes at starte op 8. juni og her er der forhåbninger om at man må samle sig op til 50 personer. Da klubben har mange medlemmer som befinder sig i risiko-zonen, ift. Alder, har vi et særligt ansvar for ikke at optræde sløset og tage vores ansvar alvorligt. Som nogle af de vigtigste forholdsregler vil jeg nævne fortsat brug af håndsprit, bliv hjemme hvis du ikke føler dig 100% frisk til at træne, hold 2 meters afstand til klubkammerater når der trænes, Undgå fortsat sociale samlinger. På denne måde kan vi bedre sikre hinanden.

Klubben har fået ny kasserer. Preben Larsen er tidligere bank-mand og et kendt ansigt i Faaborg. Preben har fået en god opstart og er allerede godt inde i de forretningsgange som bruges i og omkring klubben.

Klubben har også fået nye personer ind i forretningsudvalget idet Henning Carlsen og Bente Aalund sammen med Preben er med til møderne. Jeg synes at vi har fået et rigtigt godt team, hvor hver især har noget at byde ind med. Forretningsudvalget drøfter de ting som dukker op i dagligdagen og som kræver handling her og nu.

Vi har udskiftet låsene i klubhuset. Så snart at klubhuset igen må bruges vil der blive udsendt en mail til de forskellige udvalg. Her vil det fremgå hvordan medlemmerne kan få fat på en nøgle.

Vi har for nyligt haft et uheld hvor en cykelrytter blev ramt af en trailer. Rytteren røg i grøften og brækkede sit kraveben. Pas på jer selv derude og undgå med jeres adfærd at ophidse medtrafikanter. Nogle trafikanter har meget kort lunte og udviser desværre ikke det hensyn, som de burde.

Vi har stadig brug for frivillige kræfter til vedligeholdelse af sporene i bl.a. Pipstorn. Har du mod på dette må du meget gerne kontakte mig.

Til slut vil jeg ønske dig en rigtig god sommer. Klubben har 60 års jubilæum i år og vi skal nok på et senere tidspunkt se, om vi ikke kan finde en måde at fejre det på.

De bedste hilsner Michael Horn



FAABORG HJÆLPER FAABORG

Af Michael Horn

FSM har valgt at bakke op om kampagnen ”Faaborg hjælper Faaborg” arrangeret af Det Rigtige Faaborg.



Klubben har sponseret kr. 1.000 til brug for udlodning og der er taget billeder til brug for mediedækningen.

Meningen er at penge og gaver fra erhvervsdrivende og bidragsydere skal udloddes til folk i Faaborg – som så til gengæld bruger gavekortet til at købe ydelser hos erhvervslivet.

Hvis man modtager et gavekort på kr. 100 – så er det meningen at man selv lægger kr. 100 og altså køber varer for kr. 200. På denne måde kan der skabes salg for kr. 200.000 som jo altså kommer forretningerne i Faaborg tilgode.

Det er et godt initiativ som hjælper til med at fokusere på at støtte op om vores by.

SPORBYGGERI – OG VEDLIGEHOLDELSE 2020

Af Freddy Johansen



På sporet i Pipstorn Skov

FSM – MTB

Sæson 2020 blev lige fra starten af året, et aktivt projekt hvad angår mountainbike spor i Svanninge Bakker, Sollerup Skov og Pipstårn.

Der blev stiftet et Sporbyggerlaug, en selvstændig forening, uden direkte medlemskab af FSM.

Men hvor nogle af klubbens medlemmer, også arbejder med i Sporbyggerlauget. Efter sigende er der omkring 30 sporbyggere.

Der er påbegyndt et meget flot single spor i Svanninge Bakker tæt ved ”Stalden” som snor sig på bakketoppen og ned i slugten omkring klubhuset.

Tag et kik når i går op i Svanninge Bjerger fra klubhuset, sporet ligger tæt på den brede vej op i skoven.

Cykeludvalget har op til 2020 også arbejdet med spor, og den aftale vi i FSM har med kommunen og Holsteenshuus i Pipstorn.

Singletracket i Pipstorn er et betalingsspor. FSM har bygget sporet, vi må cykle gratis, og vi skal vedligeholde sporet.

Den opgave med vedligeholdelse af sporet har været en hård tjans i 2019, og det har vist sig også at være det i 2020.

Dog har et par ildsjæle her sidst i maj måned lagt mange timer i vedligeholdelsen af sporet.



Nyt spor i Svanninge Bjerger

Povl Frederiksen har indtil dato, brugt mellem 15 og 20 timer på arbejdet, godt hjulpet af Ole "Graver" Kirkegaard.

De arbejder med le, grensakse, buskrydder og motorsav, og de knokler.

På klubbens og cykeludvalgets vegne tillader jeg mig, at give Jer en stor TAK For Jeres indsats !!!!!



Corona MTBer



Pipstorn Skov, Singletracker MTB

CROSSLØB SÆSON 2019/2020

Af Kurt Jeppesen



FSM havde 21 medlemmer med i vinterens Crossløb, der var fint fremmøde til alle løb.

De bliver afviklet af DGI med hjælp fra 10 klubber, forskellige steder på Fyn. Der er to distancer ved alle løb, 4 km. og 8 km. FSM fik 4 medaljer. To af Guld til Per Arne Simonsen og Mikkel Hansen, Sølv til Bodil Hjelholdt og Kurt Pedersen og Bronze til Thomas Hansen.

Sæsonen blev, "ligesom" så meget andet brat afsluttet på grund af Corona, så afslutningsløbet i Nyborg blev aflyst. Men bortset fra afslutning har alle fra FSM haft en god vinter, med højt humør og sammenhold til løbene, uanset vejret eller ruternes lidt plørede tilstand, har stemningen været god.

Løbeudvalget håber på lige så god tilslutning til næste sæson, der starter til oktober.





• Multiscale computational modeling of the
 human brain - The human brain is a



Hunk & Family...
Gold • Silver • Pro • Growing • Members
Minneapolis • 76097 • 76097 • 76097 • 76097
www.hunkandfamily.com
76097 • 76097 • 76097 • 76097

Vitus Jakobsen

Havnepladsen 3B - 5700 Svendborg - Tlf. 62 21 20 09

mail: detgulepakhus@oris.dk

www.oris.dk/svendborg

Faaborg Ski- og Motion – bare en tand bedre



Tlf. 62 61 06 60

www.fribikeshop.dk

NYT TØJ - ELLER ØNSKER DU BARE ANDET CYKELTØJ

TACTIC CYCLING
CUSTOM LINE
Telf. +45 872 257 411 / www.tactic-sport.com

PROVA/DATE 11-90-18
CLIENTE/CUSTOMER 2580001 COMMERCIAL/COMMERCIAL CAS590
18440 FSM-6.jpg / X

PLUS
FOR MAN



Du kan nu via dette link www.tactic-sport.dk
gå ind og bestille dit cykeltøj online.

Ved spørgsmål: Kontakt Jette på tlf. 20653 365 el mail: jtjo1964@gmail.com

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

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

mad med mere
www.landslagsteren.dk

**Fysioterapi
&
Osteopati**

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

NYT OM AKTIVITETSCENTER GÅSEBJERG SAND

Af Kell Lauritsen

Aktivitetscenter Gåsebjerg Sand mangler 7 mio. kr.



Papirarbejdet om det nye klubhus har vi arbejdet med i flere år. Den seneste større ændring skete i efteråret 2018, hvor aktivitetscenteret blev mere kompakt.

Prisen for det nye mere kompakte aktivitetscenter blev vurderet til 13 mio. kr.

Faaborg-Midtfyns Kommune har allerede i 2017 bevilget 3 mio. kr. og Lokale og Anlægsfonden 3,5 mio. kr.

Naturstyrelsen står som ejer af bygningen og skulle derfor prøve at skaffe de resterende 7 mio. kr.

Dette er desværre ikke lykkedes endnu. Derfor søger de efter nye sponsorer.

Hvis klubbens medlemmer har idéer til sponsorer, vil vi gerne høre fra jer.

Mine udfordringer på flere stier i denne Coronatid

Af Anne Marie Molter Rasmussen



Håstrup Bjerger 26. maj 2020

Hvordan jeg selv mener, at jeg undgik Coronakuller.

– Jeg satte et mål, da Danmark lukkede ned.

Den 11. marts blev Danmark mere eller mindre lukket ned, og alt det sjove blev ”forbudt”. - Nu skal det siges, at jeg er indforstået med, at det var det rigtige at gøre, tænk hvis vi havde fået tilstande, som vi så fra andre lande. Bl.a. Italien

I dagene efter 11. marts var det bare træls at åbne mail og lignende, for de fleste beskeder drejede sig om aflysninger af så at sige alle arrangementer og sammenkomster. – Ja, selv klubhuset blev som bekendt lukket, og nu stod alt motion ”for egen regning”

Jeg blev dog hurtigt enig mig selv om, at det nyttede noget at sætte mig i hjørnet af sofaen, for det ville jeg helt sikkert få Coronakuller af, derfor blev mit mål 50 km løb/gå om ugen. – Troede jo dette blot ville vare et par uger eller i al fald højest 4, men jeg blev klogere.

Så det er i enten løbe- eller travesko hver dag, men vejene omkring Millinge begyndte hurtigt at kede mig, derfor skulle der findes på nye tiltag. – Her i Svanninge har vi 4 kløversier, hvor jeg ret hurtigt fik løbet de tre korte. – Den lange rute går op i Svanninge Bakker, og det var



planen, at gåpigerne skulle have gået den her i foråret. – Jeg kom altså til at gå den alene, men går den da gerne igen sammen med jer, når det igen bliver tilladt at gå mange i flok.

Jeg fandt et lille hæfte i den lokale brugs, der hedder ”10 turforslag i syrenland” – Det var de næste ruter, jeg kastede mig over. – Disse ruter bragte mig bl.a. til Hillerslev, Jordløse, Brobyværk m.m. Jeg var dog lidt for tidligt ude, for der var ingen blomstrende syrener, da jeg var på ruterne, men pyt med for der var meget andet at kigge på.

Jeg har længe haft kig på Øhavsstien, men fandt det lidt besværlig, idet det ikke er

muligt at gå rundt. Jeg fandt heldigvis en løsning. – De første etape var jo egentlig nemme nok, for jeg kunne jo bare gå hjemmefra og så støde på Øhavsstien i Nørremarken. – Så en kold morgen tog jeg rygsækken på og gik af sted. Det var mere eller mindre kendte områder, men jeg nød fuglenes sang og harerne, der legede på marken. Der var en fantastisk udsigt flere steder. Maden blev spist på Faldsled Havn, inden jeg gik af landevejen hjem. – 24 km.

Næste tur startede også hjemme fra og til Nørremarken, hvor jeg denne gang gik mod øst. – Det var dejligt at gense bakkerne, hvor jeg efterhånden ikke

havde været noget tid. – Ruten førte mig forbi Holstenshuus, hvor jeg som barn kom en del i disse skove, så det var da glædelige gensyn flere steder. – Denne tur sluttede egentlig ved Åstrup Kirke, hvor madpakken blev spist, inden jeg tog bussen til Faaborg. – Det lykkedes ikke at finde en bus mod Millingeområdet, så jeg måtte gå hjem fra Faaborg. – 22 km.

På den forrige tur gik jeg jo forbi ruten, der fører ned til Faaborg. – Jeg har været på denne strækning flere gange, men en dag jeg alligevel var i Faaborg, fik jeg det til at passe med, at denne strækning kunne gås. – Bilen blev parkeret ved havnen, og så gik jeg af landevejen til stiens begyndelse, således ville jeg få den gode udsigt hele vejen. – Selvom jeg har været på ruten flere gange, blev jeg alligevel overrasket over hvor flot, der er ind over Faaborg. – Selvom det var en kort tur, kom madpakken med og spist ved ”kaffepletten”. Flot, men lidt kold tur. – 10 km.

Nu var det for langt at gå hjemme fra, så næste tur blev der kørt i bil til Åstrup Kirke og så med bussen til Egebjerg gl. rådhus. – Denne tur gik fra Knarrebjerg og ned igennem Syltemae Ådal. Jeg havde godt nok læst i brochuren, at der kunne være vådt flere steder i ådalen. – Nu havde det være tørvejr i flere uger, så det kunne da ikke være så slemt, men jeg blev da klogere. Flere steder gik jeg i mudder op over skoene, og jeg fik da godt nok våde tæer. – Der var bare så smukt i ådalen, hvad gør det så, at man er mudret godt til om fødderne? – Da jeg kom til Præstens Skov, var der helt hvidt i skovbunden. – Nej, det var ikke anemoner, men ramsløgene der blomstrede. – Flere steder på denne

rute går vi så at sige i vandkanten. Jeg var glad for, at det ikke var højvande, for så havde jeg da fået våde fødder en gang til. Dagens madpakke blev spist på havnen i Fjællebroen. – Jeg havde desværre glemt at se på vindretningen, inden jeg gik denne tur. – Der blæste nemlig en strid vind fra vest, så jeg havde modvind det meste af vejen. – Efter Fjællebroen gik der heldigvis ikke så længe inden vejen drejede, og jeg kunne gå i læ det sidste stykke. – Det var et glædeligt gensyn med min bil ved Åstrup Kirke. – 18 km.

Dagen, hvor jeg havde planlagt tur 5, var det overskyet og der kom enkelte regndråber, men jeg tog chancen. – Denne dag blev bilen parkeret ved Ollerup Kirke, og jeg gik hen til ruten ved Knarrebjerg. – Herfra gik turen op igennem Egebjerg Bakker. – Uf, det var koldt, og jeg havde fået for lidt tøj på, og der kom stadig enkelte regndråber, men man jeg vel medlem af FSM, og lader sig ikke forskrække af lidt vand? – Det lykkedes efterhånden at gå mig til varmen, men der var ikke så meget ved udsigten, for det var diset i horisonten. – På vejen så jeg mindestenen over Lennert Greve Ahlefeldt Lauervig Lehn, som var modstandsmand og blev dræbt 28. marts 1945. Tiden gik og solen kom frem, og jeg behøvede ikke at benytte plan B, (Gå tilbage til Ollerup fra Hvidkilde) – men bruge plan A, som ville bringe mig helt til Svendborg. – Nu gik der ikke ret længe, inden jeg måtte af med vesten. – Det blæste også denne dag, men i dag var det medvind. – Madpakken blev spist i dejlig solskin og med en skøn udsigt ved Sct. Jørgens Kirke i Svendborg. Ret efter kirken gik jeg under Svendborgsundbroen. Det var en fed fornemmelse at stå og kigge op



*Svanninge Bakker, nord for Faaborg.
Her finder du afmærkede vandrestier
- bl.a. Øhavsstien.*

under broen. – Da jeg ankom til stationen, var der 15 min. til bussen kørte. Hvor heldig kan man være? Dagens tur 22 km.

Til tur 6 måtte jeg tidligt op, for der var langt til start. – Jeg kørte til Svendborg, hvor bilen blev parkeret, og jeg fandt bussen mod Nyborg. Jeg valgte at stå af ved Broholm Gods og gik derfra. – Det var dejligt vejr, solen skinnede og fuglene sang. – Alt var grønt og mange buske/træer stod stadig i blomst. – Det flotteste på denne tur var helt sikkert Vejstrup Ådal. Her går ruten langs åen i et kuperet terræn. Jeg kom forbi Vejstrup Mandmølle, hvor der var bord og bænke, men det var for tidligt at spise, så jeg måtte nøjes med at nyde synet. Jeg havde nemlig bestemt, at der skulle gås 3 timer, inden det var spisepause. Således blev madpakken spist med udsigt til Thurø. – Derefter gik det igennem skoven og lige pludselig dukkede Christiansminde op, og dermed var Svendborg i sigte. – Dette

blev min hidtil længste tur, nemlig godt 25 km.

Hermed har jeg hermed gået hele Øhavsstien på Fyn, (Nu vil den opmærksomme læser nok tænke, at hun mangler da turen fra Broholm til Lundeberg, men dette stykke gik jeg sammen med gåpigerne sidste efterår) men ruten fortsætter jo uden for Fyn, og det er da muligt, at jeg tager et par etaper mere. – Det værste er bare, at der bliver længere og længere at køre til start.

Med hensyn til den udfordring jeg gav mig selv i uge 12, kan jeg fortælle at jeg har været ude på +50 km i alle ugerne, og at jeg har planer om at forsætte til og med uge 27.

Nu er vi heldigvis begyndt at løbe sammen igen, så nu skal jeg ikke tage så mange km. alene.

GÅ-PIGERNES FORÅR

Af Gå-udvalget



Her holdes afstand (foto Lene I.)

Pga. Corona er denne periode hurtigt beskrevet.

Først lukkede Danmark ned, så lukkede FSM ned og deraf fulgte, at såvel torsdagsturene som forårets udflugtsprogram blev aflyst.

I begyndelsen af maj måned meddelte stat, kommune og idrætsorganisationer, at udendørsaktiviteter uden kontakt mellem udøverne kunne genoptages i mindre grupper. Dette budskab var velkomment, så vi organiserede vandreture med forskellige starttidspunkter og forskellige startsteder, så kravet om, at der maksimalt måtte være 10 i en gruppe, blev overholdt.

Men ellers har foråret jo været en periode, hvor man pludselig fik tid til at reflektere over mange af de nære ting i takt med at aflysningerne af diverse arrangementer væltede ind.

Vi (gå-pigerne) har ofte talt om, at det er besynderligt, at der er så få fugle i Svanninge Bjerge. Men i år, hvor skovbørnehaver, vandrere, cyklister og andet godtfolk mere eller mindre er blevet hjemme, så har fuglene taget skoven til sig. At gå tur gennem skoven en forårmorgen og nyde fuglesangen er en lise for sjælen. Dette er ikke et argument for at lade være med at gå i skoven, men en refleksion over, at vore aktiviteter påvirker dyrene omkring os.



Marianne Vestergaards foto af rapsmark under en flyfri himmel

I vores barndom var himlen altid blå om sommeren. Sådan husker vi det i hvert fald. Hukommelsens rosenrøde skær har det undertiden med at fordreje fakta en smule, men med hensyn til himlen, så er den nu god nok. Hvornår har vi sidst kunnet se en himmel, der ikke var overtegnet af hvide striber fra flytrafikken?



Øhavsstien

Det er sikkert indbildning, men er det ikke som om himlen er mere blå dette forår? Kan man mon se, at der er mindre luftforurening?

Vi glæder os til normale tilstande. Til torsdagsturene, til udflugterne, til festerne – *hvor bliver det godt at se alle gå-pigerne igen.*



Svaninger Bakker 24. maj 2020

EN LILLE SANG TIL GÅPIGERNE – MENS VI VENTER

Mel.: En sømand har sin enegang...

Vi gåpi'r har vor enegang,
Som fanger dagen lang.
Vi øver os, vi holder stand
Og viser at vi kan.
Men just en dag – vi ser et slot
Hvor solen stråler frit
Der mødes vi, det bli'r så godt.
Så lad os drømme lidt.

Kærlige vandrehilsner Else og Djalla



Velkommen i Sydbank!

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

Sydbank

Drive-in eller booking
Åbningstider:
Man.-tors. 8-16.30
Fredag 8-15.00
Lørdag 9-13.00
PAVA BILSYN
SMEDENESTERVEJ 22 · 5600 FAABORG
Tidsbestilling på
Tlf. 25 33 70 69
On-line booking på
www.pavabilsyn.dk





Sammen bygger vi professionelt

VELKOMMEN TIL



FORUM FAABORG
SUNDHED • FRIVILLIGHED • IDRÆT



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

NYT FRA FAABORG SKI & MOTIONSKLUB

Fra redaktionen kan det oplyses:

- at denne udgave af Ski-Smøren bliver den næstsidste.

Vi har spurgt medlemmerne, om de er interesseret i at modtage bladet på tryk eller digitalt. Et stort flertal stemte på digitalt, og fra 2021 fremsender vi en ny udgave via mail.

HUSK derfor at oplyse din mailadresse til Bente Aalund, så du ikke går glip af de mange oplevelser og flotte foto, som vores medlemmer gerne vil dele med andre.



Hjertestarterkursus blev aflyst og udsat, men hjertestarteren kom ud i det fri.

Når der bliver givet grønt lys fra Hjerteforeningen, vil vi tilbyde nye kursusdage.

Bestyrelsen har valgt at indkøbe et skab til vores Hjertestarter, så den kan komme til gavn udenfor klubhuset. Skabet er tilsluttet strøm, for at batterierne forbliver

funktionsdygtige. Den er ligeså tilmeldt på Hjertestarter.dk, så der er mulighed for at finde frem til den for folk udefra.

Motionshold og dans blev også aflyst.

Vi forventer at disse hold starter op igen til september. Nærmere herom senere.

Der åbnes op fra den 8. juni, så vi kan samles op til 50 pers. stadigvæk med god afstand og håndsprit. Vi venter alle spændt på, at begrænsningerne bliver ophævet, og hvordan vi kan komme på hold igen.

En aflysning efter den anden. Men siden der blev åbnet op for 10 personer, har vi i gå-motion mødt ind på forskellige mødesteder og tidspunkter med Inger Vinter som planlægger. Der har været pænt med tilmeldinger og Inger sørgede for håndsprit - det var så dejligt igen at mødes i nogle grupper.

Mange har trænet hver for sig og har fået nye og andre oplevelser ud af det. I gå-klubben blev der sendt hilsener til hinanden gennem Inger og Conventus, samt forslag til "nye" udflugtsmål. En tur til Trebjerg kan varmt anbefales med udgangspunkt Trente Mølle eller fra Håstrup.

Vi har savnet fællesskabet og glæder os til, de planlagte ture, løb og meget andet igen kan genoptages.



Mageløs udsigt fra toppen af Trebjerg



Rhodedendronparken har vi besøgt igennem årene, den er stadigvæk meget smuk.

CORONA – CORONA – UHYGGELIGE TIDER !!!

Af Freddy Johansen den 25. maj 2020

Klubben begyndte året med blæsevejr først fra øst/sydøst i marts gik vinden i vest/nordvest, men blæst, blæst !

54 alpine skiløber fra FSM var i Østrig i uge 7 – masser af sne, fantastiske pister på de omkringliggende områder, og ja vi kom hjem til FAABORG uden at havde hørt om CORONA – men i uge 9 kendte vi alle ordet Corona.

Men i lykkelig uvidenhed, og inden Danmark blev lukket ned, var vi en lille flok på MTBer, samt en lidt større løbegruppe, som fortsatte at bruge klubhuset som startsted for de faste træningsdage.

Først i marts blev klubhuset lukket ned.



Freddy - en af klubbens friske drenge



Den besked fik forretningsudvalget fra DGI og DIF, via regering og folketinget, med besked på at fortælle klubbens medlemmer disse betingelser.

Vi fortsatte vores trænings pas efter de givne forudsætninger.

Et par uger efter lukningen af klubhuset, blev dørenes låse udskiftet. - JAVEL JA

Vi fortsatte med at bruge klubhuset som udgangspunkt.

Løbegruppen var stadig de samme. Cyklerne var nu kommet på racercykler, og vejret var nok så smukt. En del af cykelfolket vedblev at køre for sig selv, så Corona ikke blev et problem for dem og klubben.

Jeg ved, at alle glæder sig til fase 3 af Corona åbningen fra den 8. juni, så har vi nok et åbent klubhus igen !

VESTCUPPEN PÅ RULLESKI

Af Freddy Johansen



Vestcuppen på rulleski har fået en sværd fødsel her i 2020.

Terminslisten blev lavet i slutningen af marts måned. Den indeholdt 10 afdelinger fordelt på Vejle, Aarhus, Herning, Marstrup, Ebeltoft, Rold Skov / Arden, Odense, Holstebro og Faaborg.

Så kom Corona, og ødelagde det hele.

Vejle blev flyttet til 1. juli, Odense foretrak at aflyse sæson 2020, Faaborg flyttes til september, dato er på vej, Marstrup (Haderslev) flyttes til den 27. juni.

Så første gang vi mødes på rullerne er i Herning/HIB onsdag den 17. juni. Der bliver herefter 8. afdelinger af Vestcuppen 2020.

Sæson 2020 i Vestcup byder på noget nyt og glædeligt. Vi har via Vasaløbsfonden fået bevilget et stort beløb så vi har indkøbt et elektronisk tidtagningssystem, som vi nu tager ibrug ved løbet i Herning/HIB.

Tidtagningssystem og nummerveste følges ad fra løb til løb.

Nu er vi online på løbsdagen, resultatslisten foreligger ret efter at sidste løber er kommet i mål. Listen er ens fra gang til gang.

Hvis der nogen sinde igen kommer sne, vi kan løbe på i Danmark, ja så kan systemet også bruges her.

Mit ønske for sæson 2020, at vi til vores løb kan holde et gennemsnit på 30 rullerløb

AKTIVITETSLISTE CYKLING 2020

Power Cup - MTB

- 29/08 MTB Power Cup 7. afd.
Nr. Lyndelse
- 19/09 MTB Power Cup 8. afd.
Nyborg
- 03/10 MTB Power Cup 9. afd.
Le Pedaleur
- 07/11 MTB Power Cup 10. afd.
Vejle (sæsonfinale)

Tactic Cup - Landevej

- 16/06 Racer Tactic Cup 3. Afd.
CMO
- 11/08 Racer Tactic Cup 4. Afd.
Team Taasinge
- 25/08 Racer Tactic Cup 5. Afd.
Alé / Midtfyens CC

Klubarrangementer

- 07-13/06 Mesterskabsuge
(Program kommer senere)
- 20/10 Fælles Efterårsryttermøde
- 25/10 Fælles "Løvfaldsturen"
på brede dæk, hygge for
alle i klubhus efter
- 14/11 Fælles Novemberløbet
(ikke endeligt fastsat)

Motionsløb og andet

(ikke lagt op som klubbture, bare forslag)

- 09/08 Tour de Vestfyn, Middelfart
- 20-23/08 Outdoor Sydfyn
- 05/09 Århus-København
- 04/10 Alpetramp, Brobyværk



AKTIVITETSLISTE GÅ-MOTION 2020

- 25/6 Fødselsdags-havefest
Hvis der må være 50 delt.
- 30/6 Øhavsstien, Faaborg-
Holstenshuus-Norden
- 14/8 Blomsterfestival
- 20/8 Grejsdalen
- 24-26/8 Marskstien
- 10/9 Vissenbjerg
- 17/9 Stendiger v. Øhavsmuseet
- 24/9 Introdag for nye medlemmer
- 1/10 Helvedes hule
- 22/10 Oplæg om sundhed
- 29/10 Sangdag
- 5/11 Klubmøde
- 19/11 Efterårs-/julefest
- 31/12 FSM nytårskur

Impulstur Faldsled
Impulstur Høbbet



AKTIVITETSLISTE LØB 2020

- 20/9 Alpeløb
- okt 2020 Årsmøde, dato ikke fastlagt
- 25/10 Crossløb
Langeskov
- 8/10 Crossløb
Stige Ø
- 22/11 Crossløb
Faaborg
- 6/12 Crossløb
Korup
- 11/12 Julefrokost
- 13/12 Juleløb/Bingo alle afdelinger
- 31/12 Nytårskur

2021

- 3/1 Crossløb
Svendborg
- 17/1 Crossløb
Næsby/Rismarksbroen
- 31/ 1 Crossløb
Assens
- 28/ 2 Crossløb
Lundeborg
- 14/ 3 Crossløb
Munke Mose /Skovsøen
- 28/ 3 Crossløb
Nyborg



A/S Mogens Frederiksen Automobileer

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.footing.dk

..... **Footing** • 24 24 59 49 • www.footing.dk
.....



Hågerupvej 44 · 5600 Faaborg

Tlf. 62 65 11 11 · 62 65 14 63

Biltlf. 40 46 87 65



UDVALG/BESTYRELSE

UDVALG

Ski:

Freddy Johansen tlf. 2076 5455
Mail: freddyfaaborg@gmail.com
Jørgen Kristoffersen tlf. 5172 0055
Marion Bald Rasmussen tlf. 2480 7178

Løb:

Kurt Jeppesen, formand tlf. 246 6143
Mail: kurthillerslev@gmail.com
Bestyrelsesrepræsentant
Anita Frank tlf. 2611 6889
Anne Marie Rasmussen tlf. 2235 3210
Arne Larsen tlf. 3026 3109
Leon Gjerster tlf. 2285 8272
Pia Fredslund tlf. 2211 7744
Torben Toft Nielsen tlf. 2398 5940

Cykel:

Jette Johansen, formand, racer tlf. 2065 3365
Mail: jtjo1964@gmail.com
Dennis Sørensen, racer tlf. 6160 5889
Kirsten Bay, racer, + MTB tlf. 2214 6307
Freddy Johansen, MTB tlf. 2076 5455

Gå:

Colleen Fay Nielsen tlf. 6083 1899
Hanne Baun Pedersen tlf. 2651 2647
Inger Vinther tlf. 2562 9988
Lene Bach tlf. 2045 8849
Lene Immerkær tlf. 2477 5473
Maj-Britt Siggaard tlf. 2890 5506

BESTYRELSE

Formand:

Michael Horn tlf. 2448 5958
Mail: formand@fsm-faaborg.dk

Næstformand:

Kirsten Andersen tlf. 2627 6845
Mail: nformand@fsm-faaborg.dk

Kasserer:

Preben Larsen tlf. 4092 8950
Mail: kasserer@fsm-faaborg.dk

Sekretær:

Henning Carlsen tlf. 2926 9510
Mail: sekr@fsm-faaborg.dk

Medlem:

Bente Aalund
Mail: medlem@fsm-faaborg.dk

Suppleant til bestyrelsen:

Else Stender

Hjemmesideadministrator:

Kell Lauriten tlf. 2186 9092
Mail: webmaster@fsm-faaborg.dk

Skismøren

Kirsten Andersen tlf. 2627 6845
Mail: blad@fsm-faaborg.dk

Hjemmeside:

www.fsm-faaborg.dk



Claus Lopdrup
danbolig Faaborg

**Jeg vil arbejde for, at min
drøm går i opfyldelse.
Det gør jeg ved at hjælpe
jer til, at få opfyldt jeres.
Må jeg få muligheden?.**

**I nystartet butik, Stort erfaringsgrundlag og en bred vifte af
uddannelse. Så er jeg klar til at hjælpe jer! RING 6261 0450**

Din rådgivning, dit valg, vores succes 6261 0450.

Claus Lopdrup - Sænk Lykkesvej til danbolig.dk
Lopdrupvej 2, 5623 Faaborg - Tlf. 6261 0450 - Faaborg@danbolig.dk



danbolig

ANMÆRKNING: JEG ER HEDEN



Garant
HELT PERSONLIGT



Tæppehuset Faaborg www.garant.nu

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