



FAABORG SKI & MOTIONSKLUB



TAB FOR ALT IKKE LYSTEN TIL AT GÅ

Dette er digteren Søren Kierkegaards ord, og han har så evig ret den kloge mand - for hver torsdag hele året rundt i sol, regn, sne, blæst, er der altid gang i pigerne fra Gåmotion - man går aldrig forgæves i bakkerne.

SKI-SMØREN

28 Årgang - Nr. 2 - Juni 2017

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
30. september 2017
Mail: strandhytten@e-box.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. 17:00
Fredag kl. 10:00
Søndag kl. 10:00
Fra Klubhuset
Onsdag, vinter kl. 17:00
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

Tirsdag kl. 17:00
Torsdag kl. 18:00
Lørdag kl. 13:30
Søndag kl. 10:00 Alle dage 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. 11:00 - 12:00
Onsdag kl. 19:00 - 20:00

FORMANDEN HAR ORDET

Af Michael Horn



Det gode vejr har omsider indfundet sig og sommeren nærmer sig. Dette er ensbetydende med masser af aktiviteter og hyggeligt samvær. God motion, sved på panden og en eller flere træningsmakkere at dele oplevelserne med – så er vi godt på vej.

Jeg havde godt nok fulgt med i, at der på generalforsamlingen ikke var blevet valgt en formand for klubben. Jeg havde også læst den rundsendte jobbeskrivelse for jobbet som formand, samt den bøn der fulgte med. Jeg tænkte, at der jo så nok måtte være en ildsjæl, som meldte sig. På dette tidspunkt havde jeg ikke tænkt tanken, at jeg selv kunne melde mig

Beslutningen om at melde mig som formand skete på en opfordring og efter cirka 10 sekunders betænkningstid. Beslutningen blev nok mest truffet begrundet i, at "nogen jo er nødt til at gøre noget" – vi kan jo ikke have en klub uden en formand. Dernæst vil jeg så skynde mig at sige, at når jeg kan stille op som formand - så kan alle! Jeg håber ikke, at vi fremadrettet skal have de samme problemer med at få besat posterne i klubben - her tænker jeg også på udvalgene.

Jeg er opvokset i Faaborg og har undervejs dyrket Kampsport, Roning og nu Landevejscykling. Det var under min læretid som revisor i Odense, at jeg begyndte at cykle på racercykel i CMO. Det er nu over 20 år siden.

I 2004 flyttede jeg til Faaborg og har siden haft mange gode oplevelser med motionscykling i det sydfynske, samt ture til Harzen, fællesturen Lillebælt Rundt og andre arrangementer. Som en del af cykeludvalget igennem 6-8 år, har jeg været med til at arrangere flere ture. I en længere årrække har jeg holdt meget af min ferie sammen med Dan Frost Cykelrejser og kørt motionscykling tværs over Pyrenæerne, Alperne, Italien og Provence i Sydfrankrig.

Jeg har lært mange at kende i klubben, men der er også rigtig mange mennesker omkring klubben, som jeg hverken kender eller har talt med. Dette vil jeg naturligvis prøve at lave om på.

Privat er jeg bosiddende i Faaborg med en dejlig kone og en lille søn på 1 år.

Hvordan jeg det næste år vil prioritere og fokusere min tid i klubben, har jeg endnu ikke klarhed over. De næste måneder vil gå med at blive sat ind i de problematikker og udfordringer, som vi står overfor.

Jeg vil uden tvivl få brug for jeres hjælp. Her tænker jeg på mange af de arbejdsopgaver som Klubben skal have løst i det daglige. Det kan også være, at jeg kontakter netop dig, for at forhøre mig om en problemstilling eller for at få råd og vejledning.

Da jeg har meget at se til på familiefronten, vil jeg have brug for jeres hjælp. - Her tænker jeg på at tage et medansvar for den fine motionsklub, vi alle er medlem af. Lad os lave en lille øvelse.

Hvis jeg nu kunne få dig til at forestille dig en motionsklub i Danmark. Ikke bare hvilken som helst motionsklub men en af de absolut bedste i landet. Når jeg siger "bedste" tænker jeg ikke i første omgang på de sportslige præstationer. Her tænker jeg mere på et sted, hvor medlemmerne elsker at komme i deres fritid, hvor der er et utroligt godt sammenhold, og hvor folk hjælper hinanden. Jeg håber, at du er med så langt!

Og nu til mit spørgsmål: Hvad kan du og jeg gøre i dag, i morgen og fremadrettet for at Faaborg Ski- og Motionsklub bliver en sådan klub? Måske du allerede synes, at vi er sådan en klub eller at en rigtig god klub er repræsenteret af nogle andre værdier end dem, som jeg har nævnt? Jeg håber at denne lille øvelse måske har sat nogle tanker i gang. Svarene på spørgsmålene er du meget velkommen til at sende til mig på mail. Du kan også fortælle mig dem, når du møder mig i klubben.

Mange hilsner fra Michael Horn



Fri BikeShop

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

GÅ-PIGERNES FORÅR

Af Hanne Bøgholm Hansen



Anemonetur

6. april arrangerede gå-udvalget en anemone-tur til Pipstorn Skov. Turen foregik i mildt og solrigt vejr. Vi mødtes ved parkeringspladsen ved Faaborg Museum og begyndte med at gå rundt om Sundsøen, hvor Inger fortalte om genskabelsen af Sundet. Derefter fortsatte vi ad den nye sti til Pipstorn Skov. Hanne Herwig og Hanne Baun orienterede om den nye forbindelseslinje mellem byen og det nærrereative område i Pipstorn.

Hanne Baun har boet i et hjørne af skoven i 15 år, så hun fortalte veloplagt om sin skov.

På rundturen så vi både et bombekrater fra 2. verdenskrig, årtusindgamle fortidsminder, en malerisk kilde samt de helt nye sheltere.

Vi kunne konstatere, at shelterne var taget i brug, og at et par skoleklasser på udflugt havde base i det store shelter.

Men det, vi sikkert alle så for vores indre blik, da vi kom hjem, var skovbunden, der var dækket af hvide tæpper af anemoner, der pletvist var isprængt lilla lærkesporer.

Vi spiste vore madpakker ved det lille shelter, hvor der både var læ og siddepladser nok til alle. Hjemturen gik langs grusvejen lige syd for Alléskoven og kl. 14 var vi tilbage ved udgangspunktet.



Fødselsdagsfest

20. april fejrede vi gå-motions 16-års fødselsdag. Først gik vi vores sædvanlige torsdags-tur i den smukke forårsskov, hvor vi samlede appetit til festmiddagen. Vi gik ad smalle idylliske stier. Flere steder var skovbunden prydet af hvide skovsyreblomster, som skutede sig i det klare kølige forårsvejr. De første

bøge stod med fint sartgrønt løv, og vi kom i forårshumør, selvom temperaturen ikke lagde op til det.

Mens flertallet gik tur, dækkede gå-udvalget et smukt forårsbord med lysegrønne duge, kulørte servietter og buketter af gule forsytia, ranunkelbusk og røde kvædeblomster.

I år havde vi bedt kokken Søren om at servicere os med en forårsbuffet. Vi blev rigtig forkælet, idet Søren tilberedte og anrettede de enkelte retter efterhånden, som vi skulle have dem. Menuen bestod af blinis med røget laks og stenbiderrogn, Vichyssoise, kyllingeret og oksesteg med forårskartoffelsalat og grønsalat af rucola, grønne bønner og masser af små orange og røde tomater. Vi sluttede af med ostebord og rabarbertrifli. Alle retterne var yderst velsmagende, og Søren svarede velvilligt, når vi bad om tips til, hvordan vi kan efterligne retterne, når vi selv skal have forårsgæster derhjemme.





Når vi ikke lige spiste og snakkede, sang vi lystige sange, som gå-udvalget havde kopieret til lejligheden. Ligeledes havde flere af deltagerne forberedt underholdende indslag spændende fra taler, til selvkomponerede sange og oplæsning af tankevækkende tekster.

Tak til alle jer, som bidrog til at vi fik en dejlig dag i gode veninders selskab.

Ture fra klubhuset

Hele foråret har der været god tilslutning til turene fra klubhuset, og vi har travet Svanninge Bakker og Bjerger tyndt på vore afvekslende ture i det smukke sydfynske landskab. På østsiden af Odensevej har welsh black kvæget fået sorte kalve og på vestsiden har galloway kvæget fået både sorte og hvide kalve afhængig af forældrenes farve. Vi har fulgt med i kalvenes liv siden det tidlige forår, hvor de stod nyfødte på usikre ben og frem til

i dag, hvor de færdes frit og græsser fredeligt side om side med deres mødre.

Her i maj, hvor disse linjer skrives, står skoven smukt lysegrøn. I de lysåbne områder blomstrer knaldgule gyvel, hvidtjørn og lilla syrener. Fra udsigtspunkterne lyser landmændenes gule rapsmarker op i det fjerne. I skovens søer og vandhuller kan vi se ænder og rørhøns med unger og høre frøerne kvække. Nærmer vi os tier frøerne, men står vi helt stille en stund, begynder de atter at kvække. Måske er vi endog så heldige at se dem glide hen over andemaden. Af og til får vi et glimt af en hugorm, en snog eller en stålorm, som hastigt forlader deres lune plads i solen, når de hører, at vi kommer vandrende henad stierne.

Andre ture

Turene til Sollerup, Torø og Gendarmturen er beskrevet andre steder i bladet.

SVØMNING VINTEREN 2017/2018

FSM arrangerer atter svømning for medlemmerne.

MOTIONSSVØMNING

Motionssvømningen foregår lørdag kl. 08-09.

FSM har lejet hele svømmehallen, dvs. svømmebassin, børnebassin, varmtvandsbassin, dampbad og sauna.

Det store svømmebassin deles op i 3 baner. Dette gør, at vi kan dele os efter svømmehastighed.

Vi begynder lørdag den 16. september 2017 og slutter lørdag den 21. april 2018. Der er svømning de dage, hvor svømmehallen holder åbent, dvs. vi holder ikke ferie i perioden. Dette er ca. 30 gange.

Prisen for svømning er 350 kr. for motionister ud over medlemskab af FSM.

TILMELDING TIL:

Kell Lauritsen, lau@faabva.dk

BETALING PÅ:

Regnr. 0828 konto 1417045 med angivelse af dit navn og ordet svømning. Senest 15. september 2017.

SVØMMEUNDERVISNING

Svømmeundervisningen foregår i triatlonafdelingen. Dette betyder, at hvis du ønsker svømmeundervisning, skal du være medlem af triatlonafdelingen.

FSM har ikke lejet varmtvandsbassinet, når der er svømmeundervisning. Vi har kun lejet svømmebassin, børnebassin, dampbad og sauna.

Svømningen foregår onsdag kl. 19-20 og sent lørdag formiddag. Sæsonen aftales af Tri-udvalget.

Triatlonafdelingen har et særkontingent på 870 kr. om året ud over det normale medlemskontingent. For særkontingentet får du adgang til det store svømmebassin, svømmeundervisning og de specielle aktiviteter, som triafdelingen tilbyder.

Drive-in eller booking
Åbningstider:
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



KLUBTUR TIL EGESKOV SLOTSLØB

Af Annette Møller Dall



Efter en længere periode med temmelig vådt vejr, havde solen heldigvis bestemt sig for at skinne over Egeskov slot og de 730 løbere, som deltog i årets slotløb, der blev afholdt d. 30 april.

Vi var 14 deltagere fra klubben, der begav sig ud på de 4 forskellige ruter hhv. 3,5 km - 5,5 km - 10 km og 1/2 maraton. Som altid startede alle ruterne med en kanonsalat og en tur over voldgraven, hvorefter man begav sig om bag slottet og omgivelserne omkring dette.

Løbsarrangørerne havde inden dagen varslet et "udfordrende" terræn med fedtede stier, men vejrguderne havde gjort sit og forholdene var ganske fine.

Efter løbet var der mulighed for at besøge parken, museerne og slottet, da løbenummeret denne dag gav adgang til hele herligheden. Vejret gav mulighed for, at den medbragte frokost kunne nydes i solen - selvom temperaturen ikke var sommerlig.

BOGENSE TUR/RETUR

Af Stig Danielsen



Lørdag den 20. maj 2017. Start klubhuset kl. 9. Km 148.

Deltagere: Peter Kok, Kirsten og Peder Bay, Jane og Henrik Andersen, Jonas og Stig.

Lørdag morgen kl. 9.00 var vi 7 der drog af sted på en tur til Bogense. Vejret var overskyet og 9 grader med side- og modvind hele vejen til Bogense.

Peter Kok havde planlagt og lavet denne herlige rute fra klubhuset op over Håstrup, ned til Strandby igennem Hårby og videre mod Glamsbjerg. Her fra var det bare mod nord og til vores første mål i Bogense.

1. etape fra klubhuset til Bogense kørte alt perfekt, der blev lagt stille og roligt ud. Vi vidste jo godt der lå 148 km. forud og med

en frisk sidevind fra vest det meste af vejen til Bogense. Humøret var højt, der blev talt meget i gruppen, specielt fra de to kvindelige deltagere, som Jonas sagde til mig oppe i front "de har meget luft" hvortil jeg svarede "bare rolig det fortager sig" og sandt nok oppe af formiddagen blev der mere stille.

Efter Aarup blev der holdt en kort spisepause, før vi igen sad op på cyklerne, alle med rigtig gode ben og fortsatte de resterende 23 km til vores mål "Juels Cafe" på havnen som Peter Kok havde udset til vores frokost. Vi blev budt velkommen med, at vi kunne stille vores cykler op på deres terrasse. Vi kan godt anbefale "Juels Cafe", der var noget for enhver smag!

2. etape fra Bogense tilbage til klubhuset med 87 km foran os.

Herligt for nu fik vi vinden i ryggen. Kirsten lagde sig straks op foran, for hun havde en plan... en lille omvej - vi skulle ud og sparke dæk - Kirsten skulle lige vise os en AUDI A5, som hun havde forelsket sig i - her fortælles ikke om Peder's kommentar. - Nå, der blev nu også kigget på andet end biler, bla. Jonas' "mølle" som Kirsten havde lagt mærke til, da han sad meget højt på sadlen, ja så højt at hans ben var helt strakte når pedalarmen var nede, så der blev råbt holdt, og Jonas fik sænket sin sadel, håber det virker for ham.

Nu har vi sidevind fra højre, men også pasager med rygvind, så der bliver holdt en fornuftig fart. Efter 93 km vil min cykel computer ikke mere, den valgte at slukke, det gjorde, at vi fik kørt lidt forkert. Imens er trætheden begyndt at melde sig blandt et par af deltagerne, så der blev hjulpet til fra alle andre, for vi skal hjem hele vejen sammen. Da vi kom til Blommenslyst efter 96 km med sidevind det meste af vejen, så vi fik hurtigt aftalt, at næste Pitstop var ved Bageren i Bellinge, her blev der indtaget både kager og chokolade mælk.

Videre syd over Heden, Espe og Korinth og her fra skal så Diernæs bakkerne lige klares. Der blev lovet en kold øl på Peters terrasse -



videre ned af Spanget mod Diernæs bakkerne. Flere havde ømme ben og måtte skubbes over bakkerne, men alle nåede Peters terrasse i Diernæs til kolde forfriskninger.

Helt igennem en god tur til Bogense tur/retur, hvor alle klarede det uden defekte på cyklerne.

Flot klaret og stor tak til Peter Kok for dette arrangement!



GENDARMTUREN 2017

Af Else Stenner og Kirsten Andersen

Igen en super oplevelse med "gå – pigerne"!

Tirsdag den 23. maj kl. 7 mødtes 26 veloplagte damer ved Bøjden Færgehavn for igen at vandre på Gendarmstien med udgangspunkt Sønderborg. Hanne Storm, Hanne Hervig og Inger Vinter har planlagt en spændende tur, hvor der er fokus på grønne skove, tegl, gravhøje og Sønderborg Slot. Vi glæder os alle til igen at opleve den altid gode stemning, hvor alle snakker med alle - og der er højt humør.

Den 1. etape er planlagt til ca. 17 km, og vi får fortalt om steder og landskaberne undervejs – altid spændende og lærerigt! Fra færgen i Fynshav går turen direkte over Sønderborg (hvor bagagen bliver afhentet), til Alnor med bussen. Herfra over broen til Egersund, hvor får vi historien om, hvordan byens navn opstod. Der var i tidernes morgen en skovrig landtange på Broager land mellem Nybøl Nor og Flensborg Fjord ud til sundet af samme navn som byen. Bynavnet siges at henvise til, at sundet engang var så smalt, at egerne kunne krydse sundet ved at springe fra træ til træ. En sjov historie og byen er opstået i forbindelse med tegl-produktionen i 1700-tallet.

Vi vandrede langs kysten ad teglværksstien det meste af vejen – nød de flotte grøftekanter og levende heg.

På stien syd for Cathrineminde teglværk langs Iller Strand (som har lagt navn til områdets meget fine leraflejringer) er der informationstavler om spor af tidligere teglproduktion. Her spiste vi vores medbragte frokost ved Cathrineminde – over land og gennem skov gik turen videre til vores busstop, hvor vi lige fik en enkelt byge, inden vi fortsatte mod Sønderborg.

På torvet har vi tradition for at få slukket tørsten og på vandrehjemmet bliver vi modtaget med åbne arme, det er næsten som at komme hjem. Et velfortjent bad og så bliver der varmet op inden aftenens fine måltid – sange, fortællinger og hyggelig samvær.

Næste dag er morgenmaden klar kl. 7:30, og vi er igen heldige at kunne aflevere og få bragt bagagen, så vi ikke skal bære os en pukkel til.

Vi går ad Fiskerstien til Sønderkov - gennem bøgeskovens sale på bløde tæpper af bøgens blomster. Stopper op undervejs og nyder naturen, samt madpakken på det samme sted som de forudgående 11 år. God tid til en slapper – og traditionen tro - skal vi også lige synges "Jeg ser de bøgelyse øer ud over havet spredt" -

Vi må desværre konstatere at den gamle sti efterhånden forsvinder langs kysten mange steder og træerne styrter i havet - vi finder nye veje. Ved Sønderborg er der anlagt en fin strandpromenade og på Sønderborg Slot fik vi en meget interessant rundvisning og fortælling om Christian II, hans liv og ophold på slottet. Herfra gik turen til torvet, hvor vi nyder at sidde ned og slukker tørsten eller drikker kaffe. Der er samlet en flok tyske brandmænd – de bliver fotograferet af Marianne, som har sørget for at fastholde minderne fra undervejs. En lille kottage med veteran brandbiler dukker op, og der er lagt op til fest de efterfølgende dage.

Vi kan ikke være med over det hele – nu går turen til rutebilstationen og vores bagage kommer lige inde vi hopper på bussen. Alle er godt trætte og glæder sig over endnu en meget vellykket tur.

LILLEBÆLT - HALVMARATHON 6. MAJ 2017

Af Kirsten Jensen



”Skal, skal ikke,” kværnede det i hovedet på mig, da det var tid for tilmelding til Lillebælt - Halvmarathon. ”Pyt,” sagde til mig selv, ”der kan jo ikke ske noget ved det.”

Takket være gode løbekammerater i FSM, kom formen nogenlunde i orden. Vi har/havde nogle fantastisk dejlige løbeture i bakkerne. Dagen oprandt. Vejret var perfekt. Næsten ingen vind og temperaturen passende.

I anledning af tiårsjubilæet, skulle vi løbe over den nye Lillebæltsbro. Den løb vi også over for ti år siden.

Mylderet af løbere var stort. Jeg kunne ikke få øje på nogen af mine medløbere fra FSM.

Startskuddet lød, et stort bundt balloner steg til vejrs, langsomt rykkede vi frem mod START.

Inden jeg nåede over startstregen, kunne jeg se de hurtige løbere oppe på broen.

Op, op gik det i starten, jeg tænkte med taknemmelighed på bakkerne omkring Gåsebjergsand, der har været med til at give lidt muskelkraft, og lært mig at tage den med ro i starten.

Udsigten fra broen var formidabel, vejret var klart og vi kunne se vidt omkring, jeg gav mig selv lov til at nyde det.

Flere steder undervejs, var der musik. Det gav noget energi, ligesom de mange tilskuere der heppede på os.

Allerede på broen på udturen, kom de hurtige løbere imod os på vej mod mål.

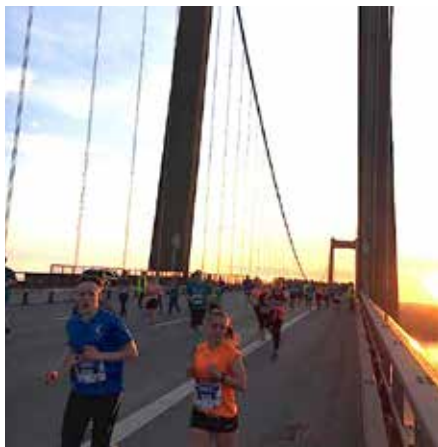
Vi slog en sløjfe både mod Fredericia og Snoghøj, inden vi returnerede over broen. Opturen til broen var/føltes meeeet lang. Men belønningen fik vi i form af udsigt med flot solnedgang, da vi nåede højeste punkt på broen og nu kunne nyde nedturen.

På et tidspunkt løb jeg lidt sammen med Bodil, som jeg har trænet i bakkerne med, og lidt senere blev jeg overhalet af Helle, også en af mine gode løbekammerater. Morten så jeg desværre ikke noget til under løbet.

Det var dejligt at komme over målstregen, og min tid var tilfredsstillende.

Dette løb var Mortens halvmarathon nr. 50. Tillykke med det Morten.

Helle, Bodil og Anne Marie var debutanter, og for mit vedkommende var det mit 9. halvmarathon.



VANDRETUR TIL TORØ – TORØHUS

Af Marianne Vestergård



”Tab for alt ikke lysten til at gå”.

Dette er digteren Søren Kierkegaards ord, og han har så evig ret den kloge mand.

Jeg håber og tror ikke jeg nogensinde taber lysten til at gå, for hver torsdag hele året rundt i sol, regn, sne, blæst, er der altid gang i pigerne fra Gåmotion, man går aldrig forgæves i bakkerne.

Torsdag den 18. maj, var vi 45 medlemmer af FSM's Gåmotion på tur.

Torø Huse er et lille fiskerleje på det vestlige Fyn, omkring Assens beliggende ved en lille vig, som indkapsles af det fynske fastland og den lille ø Torø.

Øen er kendt for sin smukke uberørte natur og en spændende historie om finansmanden og gullaschbaronen Harald Plum der købte øen og byggede sit eget mausoleum, det var en mand med store armbevægelser.

I 1926 lod Plum en stor skulptur af Carl Bonnesen - Thors Kamp med Jætterne - opstille på øen tæt ved hans hus, den står i dag ved Haustrups Fabrikker i Odense.

Bygningerne er i dag feriekoloni og tilhører Københavns Lærerforening.

Kirsten Wettergren og Inger Vinther havde tilrettelagt en rigtig god og spændende tur, hvor der var tid til at nyde den smukke natur, tale sammen og ikke mindst høre historien og myter om Harald Plum.

Kirsten kunne fortælle, at hun og hendes mand havde boet på øen i 6 år og var ansat på helårskolonien Torøgård. Dengang kunne man ikke gå der over, men måtte sejle med en lille færge.

Det var svagbørnsskolonier, hvor børnene kom fra svage familier i Københavns kom-

mune. De skulle være på øen i 3 måneder ad gangen. Det var længe at være væk hjemmefra. Kirsten og hendes mand kunne godt lide deres arbejde, og vi kunne mærke, at det var en god oplevelse for hende, at se området og bygningerne igen. Det var spændende for os, at høre hendes historie.

Vi spiste vores medbragte madder ved kolonien Vesterborg og sad og slappede af i solen. Derefter videre rundt på øen - det er en ø med en fantastisk og uberørt natur, så vi er fyldt op - fandt lige 3 sten på stranden med huller i, de hænger her i mit drivhus i en snor. Et hyggeligt minde om en tur på Torø.

11 km på en torsdag i maj er slut, nu kører vi mod Faaborg igen.

Tak Inger og Kirsten - I er bare gode.

Jeg ved ikke lige hvad der sker næste torsdag, men noget er helt sikkert, vi taber aldrig lysten til at gå.



DÅSETUR TIL SIMMERSTED

Af John Stenner



Vi 6 cyklister - John, Povl, Karsten, Torben, Frede og Kurt mødes ved Bøjden færgeren kl. 9.00 for at cykle Fynshav-Simmersted.

En vellykket sejltur med kaffe og rundstykker samt Kurts små brune papirs indpakket medicinflasker ankommer vi til Fynshav og tager straks kursen mod Hardseshøj. Den lille færge (Bitten Clausen) bringer os til Ballebro. Herefter lige kurs mod Åbenrå og Haderslev, så er der kun små 10 km. til ankomst.

Vi skal til Multihuset og Jonna gir' lige en hurtig rundvisning, så vi kan se, hvad der kan skabes af tomme øl/vanddåser og nogle ildsjæle i et lille samfund. Der samles dåser ind, og beboerne i området sorterer i jern og aluminium, pengene går til et multihus.

Derefter går turen hjem til privaten, hvor fætter Mogens er klar med grillpølser Sønderjysk kartoffel salat og en forfriskning - superlækker - desværre går tiden hurtigt - der er nogle tider vi skal nå (færger) afgang Simmersted kl.14.30. Vi skal nå at være i Ballebro kl.16:45. Vi var der 1 min. før afgang - så det er ok.





Vi er så i Hardeshøj kl.17, der er en time til sidste færge fra Fynshav, og vi brugte 50 min. den modsatte vej, så det er bare om at holde et snit på 24 km i timen. Kan det gi' problemer for nogle seje pensionister, der er oppe omkring at have nået ca. 140 km.? - nej vel! - Vi så Fynshav færgen - var den på vej ind eller ud? - Det var sku ud!!



Hvad gør man så - snakker med en flink billettør. Han prøver endda at ringe til kaptajnen, om de vil komme til bage efter os - nej de var kommet for langt ud - der ville gå en halv time med det. De skulle jo overholde sejlplanen.

Ja, så var der ligesom kun en til to muligheder - køre op uden om - nej ingen gider cykle længere. Hvor skal vi så sove i natovre i Nørreskov? I Naldmose camping der var lige en 6 mands hytte - alle tiders løsning. Der var varmt bad og køkken service og TV, der manglede intet. Men hvad har 6 cyklister med ud over det cykel tøj de kører i? - INTET.

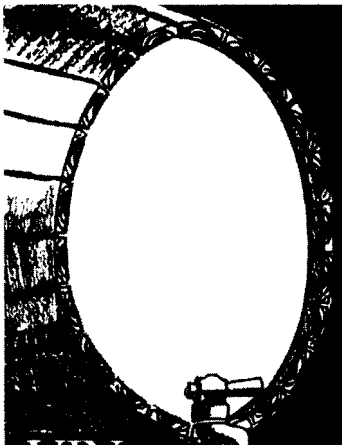
Vi skal vel også have noget at spise. Vi kan ikke klare til i morgen tidlig af det, vi fik hos fætter Mogens. Så må vi en tur til Brugsen i Fynshav, der er et pizzeria UNO, hvor vi fik fyldt depoterne op igen. Vel tilbage i hytten og få sovet lidt i svedundertøje og cykelbukser. Mobilvækning kl. 5, vi skal være sikker på at nå færgen kl.6.

Alt i alt en god kammeratlig og uforglemmelig tur.

ÅRETS FØRSTE IMPULSTUR GIK TIL SOLLERUP ENGE OG SKOV

Af Henny Tikjøb





**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

***Da gåudvalget holdt møde her
først på året, talte vi om, at vi
godt kunne prøve at tilbyde
nogle impulsture, når der lige
dukkede noget op.***

I begyndelse af marts skrev Inger Vinther til medlemmerne bl.a. følgende, idet hun tilbød en ekstra gåtur til Sollerup enge og skov:

”Da min mand og jeg var der i søndags, så vi viber og stører blandt forårsbebu-derne. Solsorten lavede et par stemme-prøver. Svanerne havde delt de nygrave-de paddehuller mellem sig – det er nok kun til dating. Hullerne er ikke egnede til redested. Blishønsene så mere ud til at være i gang med familieplanlægning. Musvågerne, der har overvintret her, er endnu ikke draget nordpå til deres yngleområder og den enlige sølvhejre, der har forvildet sig herop, har endnu ikke startet turen ned til sine artsfæller i Middelhavsområdet.

Hassel-buskene står i fuldt flor og det er lige før pilens gæslinger bryder frem.

Jeg kan ikke garantere, at vi ser traner eller havørn, men begge er i området – jeg håber at kunne garantere et vidt ud-syn, da der endnu ikke er blade på træ-erne og en velsignet stilhed (hvis vi selv vil), da fuglene ikke er gået i gang med deres territoriehævdende sang endnu. I Sollerup skov brydes stilheden kun af lyden fra Rislebækken – og så evt. et par mejser.”

Den 13. marts, det var tidligt på året, men vi var en lille flok på ca. 20, der syn-tes, at det lød rigtig spændende og mødte op.

Da vi kom til startstedet brød solen frem, og vi gik turen i det dejligste forårsvejr. Vi kunne bestemt give Inger ret. Det var dejligt at se de spæde tegn på forår. Vi hørte og så ikke så meget til fuglelivet (vi kvidrer nok for meget selv).

Det var ikke alle, der havde husket gum-mistøvler, men vi kom tørskoet over engene, hvor der er en flot udsigt over Arreskov sø - turen hjem langs Risle-bækken er altid så skøn.

Tilbage til startstedet drak vi en kop kaffe og spiste dejlig kage.

Tak til Inger for initiativet.



DOMINO

»Det gyldne hjørne«

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

- 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

Vestcup 2017 på rulleski er kommet godt i gang

Af Freddy Johansen



1. afdeling blev afviklet i Aarhus den 26. april i rigtigt aprilsvejr, sne, slud og regn, på en løjpe med en dårlig asfalt, så mange var nede og ligge, men der var kun et uheld med en brækket finger til følge. Der var 32 deltagere.

Os fra FSM blev hjemme på grund af vejrmeldingen.

2. afdeling, rulleskiskydning, blev afviklet i Faaborg lørdag, den 6. maj i flot vejr, sol og ingen vind.

Der var 26 deltagere. Starten gik fra Skyttehuset på Johan Rantzausvej og gymnasiet rundt. Skydningen foregår liggende i skyttehuset. Vi får hjælp og instruktion

af folk fra Faaborg Skytteforening. Banen vi skyder på er 50 m. Der rulles 5 x 3,3 km og der afgives 4 x 5 skud. - Rulleskiskydning er ”in” i Danmark.

Vi ruller fra landevejen direkte ind i skyttehuset på nogle plast køreplader, som Claus Skov og Faaborg Materialeudlejning låner os i FSM. Stor tak til Claus og medarbejder.

Der skal også lyde en tak til dem fra klubben, som hjælper med afviklingen af løbet. Der er tidtager/starter, der er trafikposter, der er skudtæller i skyttehuset, og ikke mindst, der er hjælp i klubhuset til den efterfølgende frokost.

Vi i klubben, som er til stede ved ruller-skiskydningen får altid en stor tak fra de udefra kommende klubber.

3. afdeling, onsdag, den 17. maj, kl. 19 gik starten til Vestcuppen i Vejle. Der var 24 deltagere på den sjove løjpe ved muslingefabrikken i Haraldskær, og der var helt ny asfalt på løjpen i Vejle Aadal. Bare så smuk en løjpe. Efter løbet var der afslutning på Hannes skole med bad og lidt til maven og halsen.

Vi var 2 fra FSM som deltog i løbet, Jan og undertegnede. Vi havde hver især et godt løb, specielt løb Jan meget stærkt med ca. 20 km i timen.

Næste start er Odense, så Herning, Holstebro, Rold Skov, Ebeltoft. Afslutningen på Vestcuppen er i Faaborg, den 16. september, og selvfølgelig som en ruller-skiskydning.



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



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.wrightsock.dk

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

INTERSPORT®
Shops for Winners

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:

Annette Møller Dall tlf. 2126 1223
mail: mollerddall@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
Lars Erik Andersen tlf. 2420 5415

Gå:

Hanne Bøgeholm Hansen tlf. 2186 8154
Mail: hbh@faabva.dk
Hanne Herwig tlf. 2993 9756
Inger Vinther tlf. 2562 9988
Hanne Baun Pedersen tlf. 2651 2647
Henny Tikjøb tlf. 2513 8288
Irene V. Kristensen tlf. 2239 2890

Triathlon:

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

BESTYRELSE

Formand:

Michael Horn tlf. 2448 5958
Assensvej 71, 5600 Faaborg
Mail: horn@faabva.dk

Næstformand:

Kirsten Andersen tlf. 2627 6845
Mail: strandhytten@e-box.dk

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

Kirsten Andersen tlf. 2627 6845
Mail: strandhytten@e-box.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'.

20157

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