

# FSM

**FAABORG SKI & MOTIONSKLUB**



*Alpeløb i Svanninge Bakker*

**SKI-SMØREN**

29 Årgang – Nr. 3 – Oktober 2018

## 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. marts 2019.  
Mail: strandhytten@e-box.dk

### HJEMMESIDEN

[www.FSM-faaborg.dk](http://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 Kell besked om ændringer på mail:  
[Kasserer@fsm-faaborg.dk](mailto:Kasserer@fsm-faaborg.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, ikke fra Svømmehallen |           |

### GÅMOTION

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

### CYKELTRÆNING FRA KLUBHUSET

#### Formiddagstræning ældre, MTB og Racer

Onsdag, fredag og søndag kl. 10:00

#### Træningstider Landevejscykling

|                                            |           |
|--------------------------------------------|-----------|
| Tirsdag, primær med differentieret træning | kl. 17:00 |
| Torsdag                                    | kl. 18:00 |
| Søndag                                     | kl. 10:00 |

#### Ungdomstræning for 12-15 år

Mandag og Torsdag,  
Mødested aftales på forhånd

#### Træningstider MTB fra Klubhuset

|         |           |
|---------|-----------|
| Tirsdag | kl. 17:00 |
| Torsdag | 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

### SVØMNING - TRIATHLON M.M.

Periode 1. september til 30. april  
Onsdag kl. 19:00 – 20:00  
Kontakt: Jan Jakobsen tlf. 6170 9992

# NYT FRA FORMANDEN



Så nåede vi efteråret. Ovenpå en aldeles solrig sommer - hvor temperaturerne i mange uger har ligget mellem 25 og 30 grader er det tid til at forberede sig mentalt på kulde, regn og mørke. Måske du har set frem til efteråret og den kommende vinter.

For mit eget vedkommende er det også tid til at gøre status over foråret og sommerens cykelture, hvor formen desværre ikke nåede at peake. Det gjorde vægten til gengæld.

Der har været meget aktivitet i de enkelte afdelinger, og det kan du læse om i denne udgave af Skismønen. Takket være de mange ildsjæle, kommer der også nye medlemmer til - og se bare vores Alpeløb med stor interesse fra de unges side. Vi håber, at det også har animeret til at deltage i klubbens mange aktiviteter. Der skal lyde en stor tak til de mange frivillige kræfter som organiserer daglig træning, stævner og alle de som hjælper klubben med at stå vagt og organisere - eksempelvis til et arrangement som "Outdoor Sydfyn".

FSM tilbyder igen fællesaktiviteter på tværs af afdelingerne. Der er hold med core & mobility træning, hockey, dans og svømning. Skulle du savne en fællesaktivitet, som du mener at klubbens medlemmer ville kunne få glæde af - da er du meget velkommen til at kontakte mig. Hvis faciliteter og instruktører er tilstede, kan vi i løbet af kort tid tilbyde medlemmerne at starte op. Disse aktiviteter tilbydes normalt til en meget favorabel pris.

Klubben har nedsat et sponsorudvalg, som har fokus på at finde en eller flere sponsorer som har interesse i at støtte klubben økonomisk. Har du eller I kendskab til en lokal virksomhed eller andet foretagende som kunne have mod på at

støtte Faaborg Ski- og Motionsklubs daglige virke og aktiviteter - da er I meget velkomne til at tage kontakt til undertegnede eller klubbens kasserer.

Det nye Klubhus lader stadig vente på sig. En revideret og billigere løsning er blevet præsenteret, grundet indsigelser fra Lokale- og Anlægsfonden, som mente at der var for mange uudnyttede kvadratmeter. Der har været en intern høring i klubben, hvor ønsket i de forskellige afdelinger er blevet noteret. Herefter har der været et møde med alle parter, hvor vi og de øvrige brugere har haft mulighed for at komme til orde. Der er fortsat ingen der ved, hvornår det nye Klubhus i praksis kan stå klar. Kommunen og Naturstyrelsen har haft vigtigere projekter, hvor der skulle findes midler. Jeg skal nok holde dig opdateret når der kommer afgørende nyt.

Vores kasserer Kell Lauritsen er netop stoppet som redaktør af hjemmesiden, og der er brug for en afløser som kan være med til at sikre, at vi udadtil fremstår med opdaterede informationer, og hvor der er en "rød tråd" i den måde stoffet præsenteres på. Det er ikke nogen stor opgave - men det er vigtigt, at der er en som har lyst til at påtage sig opgaven og ansvaret. Har du lyst til at vide mere, er du velkommen til at kontakte mig.

Og så er det jo nu den 20. oktober at årets klubfest bliver afholdt. Måske er du "veteran" i klubben og har været medlem så længe du kan huske. Du har været meget aktiv i mange år, men har pga. alderens skavanker svært ved at dyrke sport på samme måde som tidligere. Måske du er helt nyt medlem og ønsker at møde andre på tværs af afdelingerne, eller bare hygge dig sammen med de daglige trænings-bekendtskaber. Jeg håber, at alle de deltagende får hygget sig, snakket og en lille svingom.

**Mange hilsner fra Michael Horn**

# DEN GENFUNDNE BRO

Af Inger Vinter



## ***Nu skal man ikke tro, at der ikke kommer noget godt ud af at se fjernsyn – en vandretur f.eks.***

Bente havde set 'Kommunens helte' om udgravningen af en gammel bro over Gudenåen i fjernsynet og tænkte: den bro vil jeg se.

Vibeke var ikke svær at overtale til at være medarrangør af en vandretur fra Horsens til Silkeborg. Som altid er den store udfordring at finde overnatningssteder i passende afstand fra start- og slutpunktet, så turen blev reduceret fra 3 til 2 dage, og ruten blev nu: Lundum til Vrads Station, ca. 37 km.

Onsdag d. 13. Juni var vi 8 gå-piger i to private biler, der satte kursen mod Lundum, nordvest for Horsens. Turens første erfaring: den ene bil fravalgte motorvejen i Odense pga et trafikuheld og kørte i stedet over Bellinge til Blommenslyst, mens den anden bil sluttede sig til køen på motorvejen og ventede til oprydningen var slut. Tidsmæssigt var det hip som hap om vi valgte den ene eller den anden løsning. Vi nåede frem til Lundum stort set samtidig.

Efter formiddagskaffen skulle Bente og undertegnede lige havde placeret en bil ved

dagens slutmål. Vi kunne konstatere, at vi var kommet til et endog meget kuperet landskab. Vandre- og cykelruten ligger på jernbanetracéen fra Bryrupbanen, og her kommer det kuperede landskab til udtryk ved, at man nogle gange går på en høj dæmning og har et vidt udsyn over landskabet og andre gange går man på en hulvej med skrænter til begge sider. Det er ikke hver dag man ser op på en rugmark, hvor baggrunden er en skyfri blå himmel.

Undervejs passerede vi Urup herregård, som engang tilhørte søhelten Peder Skram.

Vibeke kunne berette, at der var en mindesten for Peder Skram og hustruen, Elsebeth Krabbe på Østbirk kirkegård, samt at der skulle være en mindeplade (epitafium) for dem i selve kirken. Vi blev enige om, at vi ville prøve at finde mindesmærkerne for den gamle søholt, så vi aflagde Østbirk kirke et besøg. Mindestenen var ikke til at tage fejl af; den ragede op på kirkegården som et kirketårn i landskabet. Epitafiet var vi mere i tvivl om. Måske er søhelten Peder Skram gået i glemmebogen, men navnet lever videre i bedste velgående – det var fregatten Peder Skram, der affyrede Hovsa-missilet for en del år siden.

Men målet var altså den genfundne bro, så vi travede ufortrødent videre frem til broen. Den første bro vi fandt (mellem Vestbirk Sø og Naldal Sø) var ikke den rigtige, her blev vi vidne til en stor karpes sidste krampetrækninger. Man kan kun gyse ved tanken om iltindholdet ved bunden af søen. Men længere fremme fandt vi broen.

En 13,4 m høj stålgytterbro blev opført 1899 som jernbanebro over Gudenåen. På daværende tidspunkt var det den højeste bro i Norden, og den førte over et noget vildere vandløb end det vi ser i dag. Gudenåens løb blev delvist lagt om, så vandet kunne drive turbinerne i Vestbirk Kraftværk, og broen skrævede da kun hen over et mindre løb af åen. I 1925 blev der brug for en bredere bro og i stedet for at rive broen ned, blev den begravet i en kæmpedæmning, resterne af Gudenåen blev rørlagt og således førte broen en tilbage-trukket tilværelse inde i en jordvold frem til 2014, hvor Horsens kommune tog 'skovlen i egen hånd' og påbegyndte frilægningen af broen.

Broen er rød, så skulle det skorte på turister (det ser pt ikke sådan ud), så kan man jo prøve at markedsføre den som Gudenåens Golden Gate.

Mens vi spiste vores frokost og beundrede broen kom en busfuld pensionister og Vibeke faldt i snak med et par stykker – der kom flere til og snart stod hun midt i gruppen og assisterede deres guide med facts om broen. Hun nåede også at finde frem til én, som havde været med til at grave broen ud. Man kunne tydeligt fornemme på den unge mand, at den bro er man stolt af på egen.

Langs ruten passerede vi nogle små stationsbyer, der lå som oaser eller fortabte relikter fra en anden tid – afhængigt af, hvilken optik man vælger. Vi kunne have valgt endnu en landsbykirke, men tiden var fremskreden og vi trængte efterhånden til et bad/få benene op/lukke øjnene et øjeblik/drikke et glas vin og grovæde snacks – og få hentet bilen, der stod ved startstedet. Altså satte vi kursen mod Brædstrup, hvor vi skulle bo på kroen.

Et solidt aftensmåltid og en masse snak sluttede en dejlig, varm dag i det østjyske.

Fra Brædstrup fortsatte vi mod nordvest i retning mod Silkeborg. Vi var nu kommet til Søhøjlandet. På turen passerede vi flere kolossalt store gårde. Det var godt at konstatere, at selv om der var store marker, så var der også godt med levende hegn. Da vi kom til Bryrup holdt veterantoget ved stationen. Ifølge køreplanen kørte toget kun i weekenden i juni måned.

Fra Bryrup fortsatte turen gennem Bryrup dalen som rummer et antal søer på rad og række. Vi fulgte stien langs to af disse søer, men vi fandt ingen borde og bænke, så frokosten blev indtaget på 'perronkanten' ved Kulsø trinbrættet. Det var sjovt at iagttage ændringen af jordbundsforholdene langs stien. Vi startede med løvtræer, men efterhånden dukkede nåletræer og lyng op langs stien. Vi nærmede os Vrads, og Vrads Sande er jo netop et område med indlandsklitter, dannet af sandflugt, så det var ikke overraskende, at vegetationen ville blive mere hedeagtig.

Turen sluttede ved Vrads Station, som dels er endestation for veteranbanen Vrads- Bryrup og dels er et traktørsted. Vi havde lige bestilt kaffe og kage, da veterantoget tøffede ind på perronen. Man kan også bestille en tur! Det var godt den ikke kom, da vi sad med benene ud over perronkanten.

Et par cyklister ved nabobordet kunne oplyse, at der årligt kører 40.000 passagerer med veterantoget. De må kunne noget med markedsføring på de kanter. Mon ikke traktørstedet får en bid af kagen, når toget spytter sin ladning af turister ud, og disse straks tager opstilling ved toiletterne før de tager plads i den ventende bus – parat til næste highlight. Toget er kun bemannet med frivillige, oplyste de.

Bente og jeg skulle lige hente den ene bil i Brædstrup. Da vi kom tilbage til Vrads Station var det begyndt at dryppe. Som resten af turen, så var det perfekt timet. Godt vejr på hele turen, og så et par dråber, da vi skulle hjem.

*Tak for turen og tak for hyggeligt selskab.*



# RULLESKI I 2018

Af Freddy Johansen



*Rulleski i Herning*

## ***Her kommer en lille beretning, om forløbet af rulleski, i VestCuppen i sæson 2018.***

Vi har fra FSM været 7 repræsentanter i VestCuppen, så det går fremad, selv om vi alle er i den modne alder, går vi til den! Der har gennemgående været en stor deltagelse til de løb vi har afviklet.

Det har været en rigtig god sæson. Så vi kan håbe på at det gentager sig i sæson 2019, og ja, at der kommer nogle unge mennesker, som vil rulle med os, lidt ældre i Faaborg Ski-og Motionsklub. Få nu jeres børn i gang, rulleski giver motion til hele kroppen

Vi startede den 28. april i Faaborg, med rulleskiskydning, og 35 deltagere.

Den 16. maj, var vi i Aarhus, der var vi 38 deltagere.

Den 23. maj, var vi i Vejle, der var 32 deltagere.

Den 30. maj, var vi i Odense, der var vi 25 deltagere.

Den 9. juni, var vi i Marstrup ved Haderslev i en ny rulleskiklub under HMIF Ski, der var vi 19 deltagere.

Den 20. juni var vi i Herning, der var vi 31 deltagere, i øvrigt i øs, tis regnvejr.

Den 12. august var vi i Holstebro, også i regnvejr, som næsten alle grinede af, da det altid regner i Holstebro. Der var vi 23 deltagere.

Den 2. september var vi i Rold Skov Skiklub, Arden, der afviklede rulleskiløbet på en løkke ved Madum Sø, på en flot og bakket skovløkke, og der blev rullet i 3 timer, mod de normale ca. 1 time. Der var 21 deltagere.

Den 8. september var vi i Ebeltoft, med den bergtede afslutning i mål, på toppen af bakkerne og højene ved Agri i Mols Bjerge. Der var vi 17 deltagere.

Så kom vi til afslutningen på VestCuppen i Faaborg, den 22. september, med en rulleskiskydning, dagen bød på mange kraftige byger, men netop under løbet var vejret solrigt og landevejen tør. Vi var 31 deltagere.



*På rulleski i Rold Skov*



Tidtagning



Rulleski i Vejle



**DOMINO**

»Det gyldne hjørne«

v/ Louise Halken - Vestergade 1 - Faaborg  
tlf. 62 61 23 93 - [www.guldsmeddomino.dk](http://www.guldsmeddomino.dk)

## Rabataftale

Klubben har indgået en rabataftale/Klubaftale med:

**NORDICSPORT**

BY SKATEPRO

FORHANDLER AF ALT TIL SKISPORT

Klubben har således modtaget en RABATKODE, som giver rabat på 10% ved dit køb hos Nordic Sport

**Rabatkoden får du hos Freddy Johansen  
mobil 2076 5455**

**ORIS**  
TANDLÆGERNE  
DET GULE PAKHUS

ORIS Tandlægerne Det Gule Pakhus

*Vitus Jacobsen*

Havnepladsen 3B - 5700 Svendborg

[www.oris.dk/svendborg](http://www.oris.dk/svendborg) - Tlf. 62 21 20 09

mail: [detgulepakhus@oris.dk](mailto:detgulepakhus@oris.dk)

Velkommen i Sydbank!

Torvet 1 · 5600 Faaborg · tlf. 74 37 62 80

[info@sydbank.dk](mailto:info@sydbank.dk) · [sydbank.dk](http://sydbank.dk)

**Sydbank**

# ALPELØBET 2018

Af Torben Toft-Nielsen



Vi havde 215 tilmeldte løbere, hvilket var flere end sidste år. 200 løbere gennemførte de forskellige distancer, som var på 21,1 km, 10,3 km, 5,8 km og 3 km. Dagen begyndte med overskyet vejr, men senere klarede det op og løberne kunne sendes ud i flot solskinsvejr.

Efter løbet kunne løberne nyde både væske og friske æbler fra Højenlystgaard.

Vi havde i år, som noget nyt, fået en sponsor-aftale med SuperBrugsen i Faaborg, så alle tilmeldte løbere kunne få en stor grillpølse m/brød.

Vi har mødt en stor velvilje hos vores sponsorer, hvilket har bevirket, at der kunne uddeles pæne løbspræmier i alle grupperne samt mange lodtrækningspræmier.

**Stor tak til vores sponsorer:** Ole Billum, Pharma, Super Brugsen, Nielsens, K Sport, Forum Faaborg, Massage Michael Larsen, Cafe Mauritz, Aastrup Vognmand, Matas, Jyske Bank, Home, Sydbank, Danske Bank, Sparekassen Sjælland-Fyn, Faaborg Museum og Højenlystgaard.

**Også en stor tak** til vores mange frivillige hjælpere, der igen i år løste de mange praktiske opgaver ved løbsafviklingen. Uden deres store hjælp kunne Alpeløbet ikke gennemføres!

**Sidst, men ikke mindst tak** til Jan Rasmussen for udlån og opstilling af musikanlæg og til Søren Hillers for opmuntrende ord, tilråb og info om tider samt afvikling af præmieuddeling.

Vi kunne ikke afholde løbet helt uden udfordringer og fejl....!

Vi beklager overfor de løbere, som blev ramt af fejl ude på 21,1 km ruten, og vi bestræber os på næste år at afholde et fejlfrit løb.

Stor tak fra løbeudvalget til alle løbere og for tilskuernes opbakning, som gav FSM en god løbe/familie oplevelse.





# OM SOMMERENS OG EFTERÅRETS GÅ-MOTION

Af gå-udvalget

## Ture fra klubhuset

Sidste sommer, hvor vejret var køligt, blæsende og regnfuldt, havde vi god tilslutning til turene. I år har fremmødet også været godt, selvom det nærmest evigtvarende solrige og usædvanligt varme vejr fik en del til at holde sig hjemme, fordi de syntes, at det alt for varmt til at gå.

På vore ture har vi sludret, glædet os over de tørre stier og de mange små søer med blomstrende åkander. Undervejs har vi ofte forfrisket os med kirsebær, skovhindbær, mirabeller og brombær.

I september var tørken ovre, og vi så mange flotte og imponerende svampe på vore ture.



De første modne brombær fandt vi i juli



En stor rund svamp i to etager

## Madpakketure

Vi har været på udflugter til Lyø, Sundet & Kaleko, Ø-havsstien, Odense Å & Blomsterfestival samt Horne Land.

### Lyø

En junidag tog vi med Ø-færgen kl. 10. De fleste bænked sig på færgens udendørs dæk, hvorfra vi kunne nyde udsigten til Faaborg, Bjørnø, Dyreborg og Lyø Havn. Vi ankom til Lyø 10.45. Vi havde god tid til dagens vandring, da vi først skulle tilbage med færgen 14.40.

Fra færgeløjet fulgte vi kysten i østlig retning. Vi gik gennem lave strandenge med græssende køer og flot udsigt mod Fyn. Da vi havde passeret de to dybe tunneldale, der blev dannet, da isen smeltede under sidste istid for over 15.000 år siden, forlod vi kysten og gik først gennem løvskov og siden parallelt med skoven med panoramaudsigt over de frodigt grønne tunneldale. Nogle af os var så heldige at se nogle af hjortene, som færdes i området.

Videre ad Smedegyden til Lyø By, hvor vi slog os ned ved købmandens borde og bænke. Nogle købte drikke til madpakken andre en is eller begge dele.

Efter en rundtur i byen, hvor vi betragtede de idylliske gamle huse, gadekærene, den nydelige kirke med dens særprægede helt runde og meget velholdte kirkegård, fulgte vi Lyø Strandvej tilbage til færgeløjet. Her var borde og bænke, hvor vi kunne vente på færgen eller tage en forfriskende svømmetur.

## Sundet og Kaleko

I juli var vi på madpakketur til Sundet og Kaleko. Vi gik fra klubhuset til Sundbakkerne. Sidste sommer var markerne i Sundbakkerne et frodigt og farverigt blomsterorgie med kornblomster, valmuer, margueritter og ge-

derams. I år stod markerne udtørrede i gule høstfarver, og de fleste blomster var afblomstret eller tørret ud. Fra bakkerne nød vi den prægtige udsigt over Sundet, Faaborg, Fjorden, Dyreborg og Als. Der var højt solskin og havblik med mange skibe på fjorden.

Fra Sundbakkerne gik vi gennem en privat have til Elses Garde Christensens hjem på Bakkevej. Her samledes vi i haven, spiste vore madpakker og lækre pølsehorn, som Else havde bagt. Heldigvis havde Else også rigelige mængder koldt vand til os, for vi havde svedt meget i den bagende sol.

Nogle afsluttede turen efter besøget hos Else, andre gik tilbage til klubhuset ad den kortest mulige vej, for det var ulideligt varmt.



*Øhavsstien ved Nakkebølle Fjord*

## **Øhavsstien fra Vester Skerninge til Åstrup**

I begyndelsen af august havde Hanne Baun Pedersen og Vibeke Verner tilrettelagt en dejlig tur på Øhavsstien.

Vi begyndte vandringer i Vester Skerninge, hvor vi blandt andet passerede den smukke stråtekte bindingsværksskro fra 1772. Lidt syd for landsbyen kom vi til Syltemade Ådal, en 20 m dyb slugt dannet i slutningen af sid-

ste istid. Stien løber i bunden af Ådalen, der trods sommerens tørke stadig var frodiggrøn med islæt af violette blomster som kattehale og dueurt samt forskellige høje hvide skærmblomster. Ofte er dalbunden sumpet og smattet, hvilket den heldigvis ikke var i år, så alle kom tørskoet igennem, uanset om vi var i vandrestøvler, sko eller sandaler.

Fra Syltemade Ådal gik vi gennem Vester Skerninge Præstegårdsskov ud til kysten lidt vest for Ballen. Herefter gik vi et langt stykke langs med stranden, indtil vi fandt en badebro og nogle sten, hvorfra vi kunne nyde udsigten langs kysten eller over vand til Avernakø, Drejø og Skarø, alt imens vi badede eller spiste vore madpakker.

Efter pausen fortsatte vi langs kysten til Fjellebroen, hvor Hanne stod klar med isvand, te og kaffe samt hjemmebakket blommekage. Det var vi meget glade for, for iskiosken på havnen frister stadig med en stor figur af en isvaffel udenfor, selvom kiosken har været lukket i flere år.

Forfriskede fortsatte vi turen forbi Småskolen ved Nakkebølle og videre langs Nakkebølle Fjord til Åstrup Kirke. Vegetationen omkring den lavvandede fjord var smuk og varieret, ligesom der var flot udsigt over vandet og de mange fugle, som holdt til der.



*Syltemade Ådal*



*Kysten vest for Vester Skerninge Præstegårdsskov*



*Frokosten nydes i strandkanten*

## **Odense Å og Blomsterfestival**

Medio august bød Annie Henriksen på en smuk tur til Odense Å og blomsterfestival. Vi gik som tidligere år langs åen fra Dalum Station til Eventyrhaven og rundt i Odense Centrum, inden vi gik tilbage. I Eventyrhaven og i centrum beundrede vi de mange flotte blomsterdekorationer, som prægede årets festival. Temaet for årets blomsterfestival var Cycling – Recycling, idet arrangørerne ønskede at fremme gæsternes bevidsthed om det bæredygtige liv.

## **Horne Land**

Første torsdag i september havde Tove Wikelsø, Kirsten Jensen og Karen Tholle tilrettelagt en sensommertur til Horne Land. Turen var tilrettelagt som en rundtur med udgangspunkt fra Horne Sommerland. Herfra gik vi et stykke ad Egsgyden i retning af Horne, inden vi drejede til højre ad en markvej og via Tværgyden og Tåstebjerggyden til Sinebjerg Skov. Undervejs havde vi storslået udsigt til Lyø. Ved Kimesbjerggaard Vingård lige før Sinebjerg passerede vi en mark, hvor vinstok-



*Blomsterfestival*





*Vandhul nord for Brillesøen*

kene bar talrige store klaser med grønne og blå druer. Vi vurderede, at bonden kunne forvente en usædvanlig god druehøst.

Ved Sinebjerg havde vi som tidligere år fået lov at benytte et grønt område med havemøbler. Selvom det var højt solskin og lunt, var der kun tre, som følte sig fristet til en dukkert i det lune sensommerhav, inden vi kastede os over madpakkerne.

Hjemturen gik via Tåstebjerggyden, som vi dog forlod for at gå forbi Kaprifoliehuset og videre ned til stranden, som vi fulgte tilbage til udgangspunktet. Undervejs berettede Tove om u-bådstationen, som tyskerne havde under Anden Verdenskrig ved kysten nedenfor Duereds Vænge. Endvidere fortalte hun, om kysten, som havet æder en del af år for år. Tove kunne huske, at der for årtier siden havde været en fin sandstrand og småhuse nedenfor Duereds Vænge. I dag er der blot en stenet kyst, som alene benyttes af lystfiskere.

De tre turledere havde lavet kaffe og bagt et udvalg af lækre formkager med æbler og pærer, som vi hyggede os med, inden vi sagde farvel og tak for en dejlig tur.

### ***Flerdagsture***

I sommerens løb har der været tre tredagsture. I juni var der to nye ture, dels en tur på den

nedlagte jernbane mellem Horsens og Silkeborg, dels en tur til Fynshoved. I august var der vanen tro en tur på Hærvejen. De tre ture var særdeles vellykkede.

### ***Velkomstmøde for nye gå-piger***

Sidst i september holdt gå-udvalget velkomstmøde for nye medlemmer. Vi havde indbudt alle, der har meldt sig ind siden velkomstmødet i september 2017. Vi fortalte om gå-motion, FSM og klublivet.



*Svampeklædt træ*

## Gå-motions aktiviteter fra oktober til december

To torsdage i oktober afslutter vi gåturene med arrangementer i klubhuset. Den ene gang vil Tata Ringberg fortælle om et sundhedsrelateret emne, den anden gang holder vi sangdag.

1. november holder vi klubmøde, hvor vi skal vælge gå-udvalg for 2019, evaluere årets ture og komme med forslag til næste års ture og arrangementer.

Afdelingens sidste arrangement er vores efterårs-/julefest den 22. november.



Over smukke strandenge øst for Fjellebroen

# AKTIVITETER I FSM FOR RESTEN AF 2018

## RULLESKI

- 2-9 Rold Skov Skiklub ved Arden
- 8-9 Ebeltøft Skiklub
- 22-9 Afslutningen i Faaborg/FSM lørdag
- 31-12 Nytårskur

## LØB

- 30-9 Samløb Kirkeby
- 25-10 Årsmøde
- 28-10 Cross Langeskov
- 28-10 Samløb Vester Skerninge
- 11-11 Cross Stige Ø
- 25-11 Cross Assens
- 9-12 Cross Korup
- 14-12 Julefrokost
- 31-12 Nytårskur

## CYKELAKTIVITETER

- 22-10 Fælles Ryttermøde
- 27-10 Fælles Løvfaldsturen
- 17-11 MTB November MTB Løbet
- 31-12 Nytårskur

## GÅMOTION

- 25-10 Sang efter gåturen
- 1-11 Klubmøde
- 22-11 Efterårsfest
- 31-12 Nytårskur



# EXTREMLØB I SVANNINGE BAKKER

Af Anne Marie Molter Rasmussen



***I vinter blev der valgt et helt nyt løbsudvalg, og vores første store opgave var at arrangere Extremløb i Svanninge Bakker.***

Vi havde dog haft en løbsopgave inden extremløbet, idet vi havde været med til at afholde Cross-løb i februar, men her skulle vi blot sætte banen, sørge for vejvisere ude på ruten, samt vand, kaffe og kage. Ved disse løb, er det nemlig et team fra DGI, der klarer alt det med udlevering af startnumre og tidtagning. Derved var det en ret nem opgave at gå til.

Ved extremløbet stod vi på egne ben og skulle klare det hele selv. – Vi var som sagt, alle nye i udvalget. Vi gjorde brug af flere livlinier, for der var trods alt hjælp at hente fra folk, som har været i udvalget før. – I 2017 blev løbet

aflyst, men vi besluttede ret hurtigt, at vi ville gennemføre uanset, hvor mange der kom.

Efter et par møder fik vi efterhånden styr på tingene og løbsdagen nærmede sig. – Vi kunne hele tiden følge med i, hvor mange der var tilmeldt. Det gik lidt langsomt i starten, men på løbsdagen var der 40 tilmeldte.

Om lørdagen fik vi banen sat op, og søndag morgen mødtes vi til kaffe og et rundstykke i klubhuset. Arbejdsopgaverne blev fordelt og traileren læsset med telte, vand, borde m.m. Vi fik gjort klar, og nu begyndte løberne at komme. – Kl. 10 kunne Leon skyde løbet i gang og de 40 løbere kunne begive sig ud i de solbeskinnede bakker.

## **En tur rundt på ruten.**

Ruten starter blidt, idet det går ned ad det første stykke til lågen, hvor vi havde et vand-

depot. Ret efter dette kom den første stigning. Når vi endelig kom op, fik vi en belønning. – Nemlig en flot udsigt over Faaborg og Ø-havet. Herefter gik det ned igen, og på dette stykke var der lidt vind, som gjorde godt. Nu kom der et nogenlunde fladt stykke. Ved det næste led var der lidt skygge, hvilket kreaturerne også havde fundet ud af. Her stod nemlig en flok og gumlede lystigt, og vi måtte nærmest løbe zik-zak mellem dem for at komme forbi. (Det har nok været kedeligt at se os løbe, for på de næste runder havde de lagt sig ned).

Efter det flade stykke begyndte vi at løbe op ad igen, denne gang op til Trolde Finn. Det er en sej stigning, og bedst som vi tror, vi er oppe, kommer der da lige en stigning mere. Herefter kom vi til en lidt væmmelig trappe, som førte os ned i hullet. – Efter at have løbet igennem hullet kom den sidste og nok værste stigning på ruten. Vel oppe igen løb vi igen endnu et led og et lille stykke med skov. – Når vi kom ud af skoven, kunne vi se MÅLET.

Dette banner betød dog slet ikke, at vi var i mål, men blot at der var løbet en omgang af 4,2 km. Ved målet havde vi et depot, hvor

løberne kunne forsyne sig med diverse drikke, lidt frugt eller slik inden, de begav sig ud på en omgang mere.

Der blev løbet fra 1 enkelt til 12 omgange. Egentlig var der kun planlagt 10 omgange, men en enkelt løber ville gerne løbe 12, og det fik han lov til. – Resultater og billeder kan ses på vores hjemmeside.

Omkring kl. 16 var den sidste løber i mål, og vi kunne pakke alt grejet sammen igen, læsse det på traileren og få det lagt på plads i klubhuset. Vi havde løbende talt med løberne, og de virkede alle tilfredse, så kan vi også være det.

Til sidst skal der lyde en tak til alle hjælpere, og jeg håber I vil være med igen til næste år. – Søndag den 30. juni 2019 bliver der igen Extremløb i Svanninge Bakker. Denne gang med 12 omgange på programmet.



# TUR PÅ CYKEL

Af Povl Frederiksen



*Baagø*

Jeg havde annonceret en tur til Middelfart af rute 6 til Langesø, mod nord til rute 35 mod Bogense og rute 30 langs Lillebælt til Middelfart igen. Ingen tilmeldte sig, så jeg kørte selv. Ad rute 6 mod Langesø på små hyggelige veje, og så er det meget sjovt - at se noget andet.

Da jeg skal lidt nordpå ad rute 35, går det lidt galt med at finde vej, så jeg må have kortet frem. Kører lidt videre men er stadig ikke sikker - kortet frem igen. Det blæser en del, så det er svært at styre. Der kommer en anden rytter og spørger om jeg skal have hjælp, han kan se at jeg har kortet fremme. - *"OK du skal den vej - jeg kører med derud til - så skal du bare til venstre mod Lufthavne, og så kører jeg til højre og hjem"*.

Vi fik en hyggelig snak. Han skulle til Mallorca til efteråret med fætre og cykle en herretur, de har hvert år. Nå, tak for hjælp, man kan stadig møde flinke mennesker. - Så skulle jeg bare kikke efter et skilt med rute 35 til venstre, men dårlig afmærkning og pludselig stod jeg i Lufthavnen. Så kortet frem igen, vejen hed



*Koloni*

Allesø Norden - så tilbage igen og kikke efter vejnavne. Jeg fandt den og kom igennem Søndersø til Bogense, og så var jeg på kendte veje, og det gik fint til Middelfart. Ja, med en del kørende forkert, blev det til 133 km, så jeg havde fortjent en god vaffel ved Ismutter, så var den dag jo gået alligevel.

Jeg har jo også fået mig sådan et Ø-pas, og det skal jo også passes. Jeg tog en tur til Baagø den 9. august og kørte rundt på MTB. Afgang fra Assens kl. 10. Det var godt vejr og halv pris kr. 58 med cykel retur, så der var rigtig mange mennesker med. De har nogle fine afmærkede stier på henholdsvis 2- 4- 4,5- og 5 km, som går både ind over land, gennem by og ude ved kysten, så vi kørte helt ude i strandkanten.

Jeg havde jo hørt, at de russiske nonner som var på Hesbjerg Slot skulle være kommet til Baagø, så jeg havde tænkt at spørge lidt ind til det. Mens jeg kører rundt, stodet jeg pludselig på en bygning. Den Russiske Ortodokse Kirke. Da jeg venter på havnen og skulle hjem, spørger jeg lige ind til det i kiosken. Jo - der



*Optankning*

kom en nonne for ca. 9-10 år siden. Hun er blevet integreret og bor på en 4-længet gård og gør rent på toiletter og vaskerum, m.m. på campingpladsen. Ja - men hun har da ingen menighed herover? - Der kommer folk fra Rusland, Norge, Holland og Tyskland og bor der nogle dage. Pludselig kommer hun kørende og skal med færgen til Assens. - Nydelig dame, vel sidst i 50'erne. Måske lidt ærgerligt, at hun er nonne.

Nå, men jeg må jo videre, og så kommer vi til pensionisttesten. Nu har jeg ikke kørt nogle løb i år og sæsonen er ved at være forbi. - Hvad finder jeg så på? Jo, vi har jo bjerg enkeltstarten, som vi i afdelingen kører i cykelugen ca. 32,5 km og 425 højde meter. Vi skal jo hele tiden flytte os og prøve nye grænser af, så tar' jeg sku! Den 28. august en træningsdag møder jeg da også nogle stykker, der var ude at køre. De tænkte måske, hvorfor jeg tøffer rundt alene. - Jo, jeg var i gang med testen for at Thyra Frank kan vurdere, hvor stor en ældrebyrde jeg er for samfundet. Så er det jo også tre i en: Pensionist test, overskride grænser og en slags klubrekord.



*Baagø*

Det blev bjerg enkeltstart 10 gange - jeg skulle måske nok have trukket den til den 29. august. Vinden var imod mig den 28. og bedre den 29!

- En udfordring til alle de seje guttermænd og gutterpiger i afdelingen - prøv det! Jeg har tallene, så kom med jeres, og se om I kan slå en gammel pensionist. Jeg kan love Jer, at I sover godt om natten.

Lige lidt til sammenligning: Bjerg enkeltstart: 325 km - 4250 højde meter - Gejsdalløbet: 220 km - 2663 højde meter - Danmarks højeste motionsløb: 185 km - 2132 højde meter.

### *God tur*





# KLITGAARDS BAGERI

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

Drive-in eller booking

Åbningstider:

Man.-tors. 8-16.30

Fredag 8-15.00

Lørdag 9-13.00

**PAVA BILSYN**  
SMEDEMASTERVEJ 22 · 5600 FAABORG

Tidsbestilling på

Tlf. 25 33 70 69

On-line booking på

[www.pavabilsyn.dk](http://www.pavabilsyn.dk)

**KORINTH  
RØR-  
FABRIK**

**IK**



**HÅGERUP VWS  
& SMEDE  
FORRETNING**

ApS

Hågerupvej 44 · 5600 Faaborg

Tlf. 62 65 11 11 · 62 65 14 63

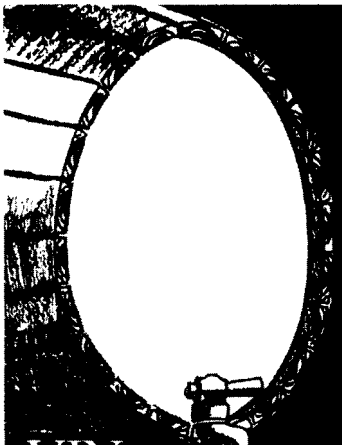
Biltlf. 40 46 87 65



**AASTRUP  
VOGNMANDS-  
FORRETNING A/S**

Tlf. 62 61 79 00

Mobil 20 66 77 44



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

## Blomster Komponisten



*Livsstilsbutik*

Mandag 10<sup>00</sup> - 17<sup>00</sup> Tirsdag - Torsdag 10<sup>00</sup> - 17<sup>00</sup>  
Fredag 10<sup>00</sup> - 18<sup>00</sup> Lørdag 9<sup>00</sup> - 13<sup>00</sup>

Albanivej 5, Nr. Lyndelse

Tlf. 65 90 24 94

Fax 65 90 26 94



**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

- 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

## ÅRETS ALPINTUR 2019 GÅR TIL KITZBÜHEL OG ZELL AM SEE

**Vi skal bo på hotel Flatscherwirt i den lille by Stuhlfelden, [www.hotel-gasthof-flatscher.at](http://www.hotel-gasthof-flatscher.at)**

Vi har som altid vores egen bus med og dermed er der ikke langt til Kitzbühel og Zell am See områderne. Turen afvikles i uge 7, med afgang fredag, den 8. februar og forventet hjemkomst søndag den 17. februar ved middagstid. Pris er betaling for bus + hotel med ½ pension og 8 dages liftkort.

Voksne (årgang 1999) kr. 6.600 - Unge (årgang 2000-2002) kr. 5.900 - Børn ( årgang 2003 - 2012) kr. 4.600 - Børn ( årgang 2013-2015) kr. 2.800 - Tillæg for enkeltværelse kr. 800 - Tillæg for ikke medlemmer af FSM kr. 200.

Tilmeldingsmodul fås hos følgende: Jørgen Kristoffersen på mobil 5172 0055 - Torben Pedersen på mobil 2275 3601 og Gunner Jespersen på mobil 2022 6020.

# ALSACE 2018

Af Freddy Johansen



## ***Med de ældre på en fantastisk cykel- og gå tur, og med udgangspunkt i Huset ved Kientzheim.***

Vi var afsted i uge 39, fra den 22. september til den 29. september. Vi var 10 personer, mænd og koner, vi kørte i 3 biler. Turen til Kientzheim er på 12 timer + pauser hver vej.

Den første bil var med Frede, Winnie, Karen og Tommy, som kørte fredag, og tog en overnatning i Harzen. De var fremme ved Huset ca. kl. 15 lørdag. Den anden bil, med John, Else, Kisser og Henning, kørte lørdag morgen via Bøjden-Fynshav, de havde cykel traileren med, bagage og 8 cykler, de var p.g.a. vejarbejder fremme ved Huset kl. 22.

Den tredje bil, var Karin og Freddy, vi skulle lige være færdige med rulleskiskydning. Vi tog turen, også via Bøjden-Fynshav kl. 17, og med en overnatning 70 km syd for Hannover i en lille by, tæt på motorvejen, på et lille dejligt hotel "Schöfer" med morgenmad. Så vi var friske til at køre de sidste 600 km om søndagen. Vi var fremme ved Huset kl. 15.

Vejret var dejligt, da vi alle var samlede i Gården. Vi flyttede ind, fik kaffen og et glas hvidvin, alle var bare i et godt humør, nu skulle der cykles.

Det vil dog sige, at de 8 havde cyklet om søndagen, og sad i deres cykeltøj, da Karin og jeg ankom. Turen var gået til Türckheim og hjem for pigerne, og John og Frede var cyklet op på "De 3 Toppe" -Trois- Epis. Pigerne + et par herrer kørte godt 20 km. John og Frede cyklede godt 40 km.

Aftensmaden var kl. 19.30 på Swendri, bordet var bestilt. Fik fik menuer eller egnsretter. Alle gik glade i seng den dag.

Mandag – cykeltur til turist byen Riguewihir ad vinvejen. Pigerne blev i byen og kørte en omvej hjem til Huset, godt 20 km. Henning, Frede, John og jeg kørte op på St. Alexis, 700 m, ned til Col De Freland, 851 m, og hjem via Ribeauville og vinmarkerne. 44 km

Tirsdag – Ammerschwihir - Ingersheim-Türckheim. Pigerne kørte fra Ingersheim til Equisheim, hvor de nød byen. Henning, Frede, John og jeg cyklede op ad Haut Holandsburg, 693 m, og helt op på borgen og nød den flotte udsigt ind over Colmar. Derefter gik turen ned til torvet i Equisheim og pigerne, hvor vi fik en lille en og frokosten, vi cyklede samlet hjem til Huset, pigerne 20 km, drenge 45 km.

Der var vinsmagning den dag kl. 17.00 hos Schmitt & Carrer. Afhentning af mobil med mere til Stig. Aftensmad i Huset.



Onsdag – afhentning af vin hos S&C kl. 9.00-09.30, alle var den dag på gåtur. Første etape var til Sigolsheim og op til "Kirkegården" nu var vejret blevet meget varmt og solen skinnede fra en skyfri himmel.

Vi brugte nogen tid ved de 2 kirkegårde. Hjemturen gik gennem vinmarkerne. kl. 12 frokost og hvilepause – første etape 6 km.

Kl. 13.15 gik turen til Kaysersberg, gennem byen og op til borgen, der er sgu mange trappe-er på ujævn vej.

Kaffe og kage i solen + en Pino Gris og hjem via Intermarch, det blev lige 15 km. Så den dag gik vi på 21 km.

Torsdag – Col De La Schluct, via Münster og storkene. Pigerne havde taget bilen op, hvor de så gik en tur og nød det gode vejr. Henning er jo på MTB, men kørte med op, sammen med John, Frede og jeg.

Henning mistede lysten og kørte tilbage til Münster og Huset. Vi var oppe kl. godt 12 i de 1139 m. Glade og trætte fik vi frokosten sammen med pigerne. Vi kørte hjem via Orbey. Kørte 100 m så punkterede John, ny slange, vi fandt ikke årsagen. Det blev en rigtig god cykeldag på 75 km.

Fredag – kl. 09.30 Henning og pigerne cyklede til Colmar for at se byen, en tur på 25 km.

Frede, John og jeg tog vinvejen til Bergheim, - og ja i Ribeauville punkterede John samme sted, vi fandt den "lille sten" og en ny slange, og så gik turen op på Haut Königsburg via Tannenkirch, og nu var det rigtigt varmt, vel oppe i de 755 m, fik vi en lille øl, og nød stemningen blandt de mange turister. Efter en lille halv time gik turen hjem, via det "falske" Kintzheim, hvor vi fik frokosten, ifølge kortet en lille salat, som viste sig at være pommestem med 2 pølser og sennep, Frede en lille øl, John og jeg et glas Sylvaner. Hjemme igen efter 57 km kl. 15. Kaffe og kage i Gården.

Middagen var bestilt hos S&C til kl. 19.30, vi fik pr. par, forskellige menuer, som alle smag-



te godt, med et godt glas vin til, men hvor var det en langtrukken middag, rigtigt fransk.

Tidligt i seng, da vi ville køre fra Huset kl. 6 lørdag morgen.

Lørdag – hjemtur, dog var Karen og Tommy kørt hjem torsdag morgen p.g.a. noget musik i TV2 fredag. Vi var alle oppe kl. 5 fik spist og smurt madpakken. Kl. 6 kørte Johns bil + traileren, vi kørte ind i solopgangen via Ofenbourg. Kl. 06.15 efter at havde låst Huset af, kørte Freddy, Karin og Frede og Winnie hjemad. Trafikken var rimelig, der er meget motorvejs arbejde og dermed 80 km/t. Vi havde håbet på at kunne nå Fynshav til kl. 18 færgen. Det gik ikke, så vi kørte oven om og var i Faaborg i solnedgangen, og så klokkeårnet kl. 19.49. John var lige bag os ved Hamburg med kørte mod Hamburg Mitte og ikke Elbtunellen, så han tog en omvej hjem, men kom dog med Fynshav kl. 20 og var hjemme kl. 21.

*Det var nok Alsace for sidste gang for vores lille gruppe.*



## HÆRVEJEN 2018

Af Inger Vinter



***Gåsebjergsand, mandag  
d. 27 august, kl. 8.00.  
Let regn. 13 grader.***

Der skal mere end en smule vand til at slå 12 hærvejsvandrere ud, så vi fordelte os i de 3 biler og satte kursen mod Jylland. Regnen tog til – og motorvejen må fra rummet have taget sig ud som en ny udgave af mælkevejen. Regnen væltede ned fra oven og kaskader af vand blev hvirvlet op fra vejen, så vi kørte nærmest i en lang tunnel af vand. I vores bil talte vi om, at det ville være fint, hvis det regnede af nu, så vi slap for det, når vi startede vores videre færd på Hærvejen.



Vandreturen i år startede ved Skibelund Krat. Og det var heldigvis blevet tørvejr, da vi nåede frem dertil. Traditionen tro startede vi med en kop kaffe/te og hjemmebagt brød. Det var koldt og klamt, så vi dvælede ikke længe ved de mange mindesten i parken. Skibelund krat var et vigtigt nationalt mødested med dets beliggenhed tæt ved Kongeåen, som i perioden 1864-1920 var grænsen mellem Danmark og Tyskland.

Vi havde knap nok slugt kaffen, før det igen begyndte at småregne, så vi pakkede hurtigt sammen og begav os ud på årets tur.

Vi satte kursen mod Kongeåen og passede Kloppenborgs lille stenhus, kaldet "Frihed". Kloppenborg (1802-1882) selv havde en stor

gård i landsbyen Københoved lige syd for Kongeåen. Da vi mistede Nordslesvig/Sønderjylland i 1864, kom han til at bo i Tyskland. Kloppenborg var stærkt dansksindet, så i 1870 opførte han det lille stenhus lige nord for grænsen, malede vinduessprosserne rød-hvide og flagede med Danneborg på sit lille danske fristed. Kloppenborg var en aktiv mand og han spillede en afgørende rolle i flytningen og videreførelsen af Danmarks første højskole, som fik navnet Askov. Syd for Kloppenborgs hus passerede vi broen over Kongeåen. Denne bro er opkaldt efter huset og hedder 'frihedsbroen' og gelænderet er malet rødt og hvidt.

Hærvejen følger Kongeåen i ca. 5 km mod øst (når man går hærvejs-strækningen fra nord til syd). Og netop, da vi skulle gå denne strækning, kom der en ordentlig skylle. Regnen bredte sig fra vest mod øst, så vi fik mest muligt ud af den kraftige byge. Desværre fik

de fleste drivvåd fodtøj på denne del af turen. Turen langs Kongeåen var rigtig flot – hist og her var der kig til selve åen og hist og her var der udsyn over landskabet. Vi fortsatte langs Kongeåen frem til den gamle vandmølle, Knagemøllen, som helt sikkert har kendt bedre dage. Jeg tror, jeg blev ramt af lidt gammel-romantik: stråttækt bindingsværk idyl med et værkbrudent møllehjul – flot. Jeg tænkte slet ikke: sikke noget gammelt l...

Turen fortsatte mod syd gennem landbrugsland, forbi Skodborg til Skodborg præsteskov, som hører under Skodborg kirke. Vejret skiftede mellem let regn, perioder med tørvejr og kraftig regn igen. Vi ænsede knap de store smukke træer i Præstekoven, da vi endnu engang fik en ordentlig skylle. Til gengæld blev vi mødt af et fantastisk syn i Skodborg Skov. Regnen var holdt op og solen brød igennem for første gang den dag. Regndråberne på grannålene lyste som juveler i solen.





Man følte sig næsten hensat til en eventyrverden, med et tykt mos-lag i bunden af skoven og så disse 'perle'besatte grene over os.

I Skodborg Skov mødte vi en svampesamler. Hun havde en stor pose Karl Johan og Indigo Rørhat. Det viste sig at være en læge fra Aabenraa sygehus. Hun kom fra Letland, men talte fint dansk. Vi fik en snak om svampe og om dialekter. Hun var vist den første 'sønderjyde', vi rigtigt snakkede med på turen, men hun besad netop den kvalitet, som vi mødte gang på gang i Sønderjylland. Åben, imødekommende, venlig og hjælpsom.

Vi fortsatte gennem Haraldsholm Skov til Jels, hvor vi skulle overnatte. På Jels Motel og sportscenter blev vi igen mødt med denne utrolige hjælpsomhed. Det taxa-selskab, som skulle køre de tre chauffører tilbage til Skibelund Krat, hvor vi havde efterladt bilerne, svarede ikke, og straks gik personalet i gang med at skaffe en vogn, mens vi tre blev budt

på en kop kaffe/chokolade. Vi fik hentet bilerne og alle fik tørt tøj på. Og så skulle der lige en stak aviser til det våde fodtøj – det klarede personalet også.

Desværre havde en lang vandretur i vådt fodtøj givet en del vabler, så det var ikke bare skoene, der havde brug for en mirakelkur. Dagens etape; godt 20 km.

Tirsdag d. 28 august. Vejrudsigten lovede tørt vejr, delvis solskin om eftermiddagen, temp. godt 20 grader.

Efter morgenmaden på Jels Motel skulle vi have kørt bilerne frem til næste bestemmelsessted, og derefter med taxa tilbage til 'hovedfeltet'. På vejen ud af Jels var en af gå-pigerne så uheldig at snuble over en forhindring. Hun fik nogle ordentlige knubs. Holdets repræsentanter fra sundhedsvæsenet tog straks affære, og vi andre fik tid til at reflektere over, dels - at vi heldigvis ikke havde

været ramt af uheld tidligere – vi har dog gået fra Viborg til Jels – og dels at vi er enormt heldige, at have meget kapable folk med i gruppen. Mens vi stod og talte, kunne vi ikke undgå at høre, at der var en dagpleje på den anden side af hækken. Og snart lød der små stemmer inde fra haven: haii – a lawer do? på sønderjysk.

Vi kunne heldigvis alle fortsætte og gik snart gennem Stursbøl plantage med flere forkrøblede træer, hvorfor den også kaldes troldeskoven. Kortet angiver, at skoven indeholder et stort antal gravhøje, men dem så vi vist kun nogle få stykker af. Til gengæld så vi masser af mirabeller og brombær. Det viste sig også at være en 'spiselig' skov. Udenfor skoven gik hærvejen gennem et kæmpe landbrug. De havde netop gang i majshøsten, og vi måtte godt ind til siden, når de store traktorer kom med endnu et læs fintsnittet majs.

Snart passerede vi Hærvejskroen Ellegård. Her mindedes flere at gå-pigerne, at der havde de drukket kaffe og spist kringler, den

første gang de gik på hærvejen. Vores tur fortsatte mod syd, ned til Nørreå. Det var en usædvanlig flot strækning af Hærvejen langs med åen, hvor blomstrende vandranunkler lå og pyntede på vandoverfladen. Det var herligt vandrevejr – den rene idyl – lige indtil stilheden blev brudt af en øresønderrivende larm fra de lavtflyvende militærfly fra Skrydstrup. Vi gik hen til pilgrimshytten på Oksenvad Hede for at spise vores medbragte mad. Og minsandten om der ikke kom en lille byge, mens vi sad der. Den var ovre, da vi var klar til at gå videre.

Nu artede vejret sig som meteorologerne havde spået. Tørvejr og solskin. Vi satte kursen mod Jegerup, bl.a. for at se kirken. Den var dog lukket, så vi måtte nøjes med at få fyldt vandflaskerne op, før vi tog den sidste strækning til Vojens. Varme og trætte ankom vi til Hotel Vojens – og her mødte vi igen en af disse venlige og hjælpsomme mennesker, som straks tilbød at lave kaffe til os. Vi var vist alle mærkede af dagens etape (21,5 km),



## Fri BikeShop

LAGONIS MINDE 8  
5600 FAABORG

Tlf. 62 61 06 60

[www.fribikeshop.dk](http://www.fribikeshop.dk)



og problemet med vabler på fødderne var ikke blevet mindre siden i går. Men man kunne jo altid håbe på, at et solidt måltid mad og en god nats søvn ville udrette underværker. Men, men, men..

Onsdag d. 29 august. Tørvejr, let skydække og udsigt til over 25 gr om eftermiddagen.

Fra Hotel Vojens satte vi kursen mod hærvejen og fulgte derefter den hen over Tønning å, forbi den mest velholdte landsby, men kan tænke sig; 'Gammel Ladegård' til Tørning Mølle. En meget flot strækning med en fin ådal og opstemmede søer. Og måske kan man vænne sig til brølet fra jagerflyene, som med jævne mellemrum suser gennem luften.

Tørning Mølle var en kornmølle, som blev drevet af vandkraft fra de to opstemmede

søer; Stevning Dam og Tørning Mølledam. Nu bliver møllen brugt som museum. Tre af os havde valgt at springe en del af turen over, for ikke at forværre de opståede skavanker. Vi så på det imponerende voldsted fra Tørninghus, som ligger tæt ved møllen, og så sad vi og nød udsigten over Tørning Mølledam, før vi gik hen til bilen, der tidligere på dagen var parkeret ved herberget Tørninggård. Da vi skulle til at køre, kom der en bil, som stoppede nær os. Chaufføren signalerede, at han ville tale med os, og det viste sig, at han havde set, at vi havde siddet på den bænk, hvorunder der lå en 100 kr. seddel. Han ville bare spørge, om vi havde tabt den – og det havde vi. Fantastiske sønderjyder.

Vi kørte ned til Vedsted kirke, hvor vi havde aftalt at mødes med vandrergruppen. Van-



drerne havde gået meget i landbrugsland og kunne berette, at der ud over det sædvanlige sortiment af mirabeller også var et træ med Victoria-blommer på ruten. Vi nød frokosten ved Vedsted sø, skiftede lidt ud blandt passagererne i bilen, og fortsatte ellers turen ned forbi Abkær mose og Stengelmose i strålende solskin og sommervarme.

Sidste dags etape var på godt 20 km, vi sluttede ved herberget i Immervad, hvor fortroppen i bil sad klar med vand til kaffen – og minsanden om der ikke også var hjemmepag. De gæve gå-piger havde medbragt vin til arrangørerne, hvor er I altså betænksomme.

Hver årstid har sin charme. Vi har gået her i overgangen mellem sommer og efterår, hvor træer og buske præsenterer resultatet af årets anstrengelser – de frugter med frø, der skal

sikre artens overlevelse. Brombær er en pestilens for gående, altså lige bortset fra nu, hvor de står og frister med saftfyldte sorte bær. Nogle arter skal man blot nyde synet af som f.eks. glansbladet hægts giftige sort-røde bær, andre kan man roligt smage på f.eks. mirabellernes rigdom af frugter i forskellige farver og syrlighed, og så er der dem man kan samle, hvis der er tid til det: hyben, slæen og hyldebær. Det er sjovest at gå i tørvejr, men frugterne tager sig nu bedst ud i regnvejr – og især lige efter en byge.

*Vi har været så heldige at få det hele med. -  
Tak for godt selskab hele vejen igennem.*





**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

# INDKALDELSE TIL GENERALFORSAMLING

**Tirsdag den 26. februar 2019  
kl. 19:00 i klubhuset.**

Dagsorden i henhold til vedtægtens § 9.

1. Valg af dirigent.
2. Valg af to stemmetællere.
3. Formandens beretning.
4. Udvalgenes beretning.
5. Godkendelse af revideret regnskab.
6. Budget for det igangværende regnskabsår.
7. Fastsættelse af kontingent for det kommende regnskabsår.
8. Behandling af indkomne forslag.
9. Valg af 2 medlemmer til forretningsudvalget for 2 år ad gangen.  
I år formand og sekretær.
10. Valg af 1 suppleant til forretningsudvalget for 1 år.
11. Valg af 1 revisor for to år, idet der altid skal være 2 revisorer.
12. Valg af 1 revisorsuppleant for 1 år.
13. Eventuelt.

Forslag fra medlemmer, der ønskes behandlet på generalforsamlingen, skal være indgivet skriftligt til formanden senest lørdag den 16. februar 2019 klokken 19:00.

Medlemmer, der har betalt kontingent, er stemmeberettigede.

Materiale til dagsordenen offentliggøres på hjemmesiden senest den 20. februar 2019.

*Bestyrelsen*

# FSM SØGER NY HOVEDREDAKTØR AF HJEMMESIDEN

Vores fælles hjemmeside FSM-FAABORG.DK blev fornyet i foråret 2018.

Hjemmesiden er sat op og i god drift, ligesom der er udarbejdet vejledninger i, hvordan den betjenes. Der er en vejledning for afdelingerne og en for hovedredaktøren.

**Fra 1. oktober 2018 mangler vi en hovedredaktør.**

Hovedredaktørens opgave er at ajourføre:

- Forsiden
- Fanerne
- Klubben
- Øvrige aktiviteter
- Stævner
- Rubrikken FSM-nyheder
- Lægge billedserier fra alle afdelinger ind på hjemmesiden via et billederfordelingsprogram

***De enkelte afdelinger lægger selv deres informationer, aktiviteter, enkeltstående billeder og andre filer ind på deres egne sider.***

***Den tekniske vedligeholdelse og backup af siden varetages af et professionelt firma.***

Kontakt Kell Lauritsen, telefon 2186 9092, hvis du ønsker yderligere oplysninger om hovedredaktørens arbejde.

**Har du har lyst til at blive klubbens nye hovedredaktør - så kontakt:**

**Formand Michael Horn, horn@faabva.dk**





A/S Mogens Frederiksen Automobiles

**TOYOTA | FAABORG**

Tlf. 62 61 95 88 [www.mfabiler.dk](http://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](http://www.wrightsock.dk)**

.....  
**Footing** • 24 24 59 49 • [kundeservice@wrightsock.dk](mailto:kundeservice@wrightsock.dk)  
.....

 **INTERSPORT®**

# 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:

Anita Frank tlf. 2611 6889  
 Mail : anitafrank1@yahoo.dk  
 Leon Gjerster tlf. 2285 8272  
 Anne Marie Molter tlf. 2235 3210  
 Frede Hovgaard Nielsen tlf. 6083 1208  
 Kurt Jeppesen tlf. 2466 6143  
 Leif Henriksen tlf. 6265 1742  
 Pia Fredslund tlf. 2211 7744  
 Torben Toft-Nielsen tlf. 2398 5940

### Cykel:

Dennis Sørensen tlf. 6160 5889  
 Freddy Johansen tlf. 2076 5455  
 Jytte Højmark Jensen tlf. 2077 4509  
 Jette Johansen tlf. 2065 3365  
 Povl Frederiksen tlf. 6160 5609  
 Thomas Greve tlf. 2125 1701  
 Stefan Nielsen tlf. 6019 6857

### Gå:

Hanne Bøgeholm Hansen tlf. 2186 8154  
 Mail: HBH18@outlook.dk  
 Hanne Herwig tlf. 2993 9756  
 Inger Vinther tlf. 2562 9988  
 Hanne Baun Pedersen tlf. 2651 2647  
 Irene V Kristensen tlf. 2239 2890

### Triatlon:

Hans Jakob Rasmussen tlf. 26276483  
 Jan Jakobsen tlf. 6170 9992

## 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: Kasserer@fsm-faaborg.dk

### Sekretær:

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

### Suppleant til bestyrelsen:

Henning Jensen

### Hjemmesideadministrator:

OBS – Administrator søges

### Skismøren

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

### Hjemmeside:

www.fsm-faaborg.dk

## Skal vi også sælge din bolig?

Kontakt home Faaborg  
på tlf. **63 21 27 00** og få  
en personlig, professionel  
og gratis salgsvurdering.



### FAABORG

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

home.dk

# home

vi vil være din foretrukne ejendomsmægler

Ejendomsmæglerkæde for Danske Bank koncernen

# Garant

*HELT PERSONLIGT*



**Tæppehuset Faaborg**

[www.garant.nu](http://www.garant.nu)

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