



Skismøren juni 2021



Starten går til Thurø rundt

I FSM er vi meget glade for, at der nu igen er åbnet for socialt samvær.

Fællesskabet er altafgørende i vores forening, og den sociale del har været stærkt savnet under restriktionerne. Det betyder alverden, at vi nu igen kan supplere dagens træning med sociale aktiviteter i alle vores afdelinger.

Der har været en fin tilgang af nye medlemmer, og vi ser frem til at mødes i vores skønne natur.

Skismøren juni 2021

Skånemosen-Gøgeurt

Af Lene Christoffersen og Hanne Storm

Syreneerne langs vejen mellem Svanninge bakker og Haastrup stod på spring til at springe ud.

Vejrguderne var med os 42 gådamer, da vi den 20/5 21 drog mod Skånemosen i Haastrup.

Vi startede ved ”Stranges Plads” i Haastrup, videre til Bymosevej og derfra til P pladsen ved Skånemosen. Skånemosen og Egemosen er ca.65 ha.

Historie:

Mange håstruppere havde tidligere en jordlod, ca en ¼ ha. ude i mosen til brænde og tørv. Vi så nogle steder de jordlodder, som er afmærket med små pæle. Flotte liljekonvaller og en enkelt gøgeurt. Gøgeurten er fredet. Der er fundet en sjælden sommerfugl ”Argusblåfugl” i mosen. Der er observeret ca. 90 fuglearter bl.a. rørhøg, musvåge, sanglærke, svaleklire, nattergal og løvsanger.

I 1972 fik Haastrup Jagtforening ca. 10 ha.og søen, som vi gik forbi blev etableret.

Faaborg-Midtfyn lavede i 2013 naturstrategi.

Formålet var blandt andet at redde det værdifulde moseområde. Det har vi her i Haastrup og mange andre haft stor glæde af. Området er i godt samarbejde med Faaborg-Midtfyn Kommune blevet til det, det er i dag.

Turen varede 2 timer som vi afsluttede ved den nyopsatte shelter med kaffe og hjemmebag. Shelteren kan lejes gennem Trente Mølle.

Tak til gå-damerne for fin opbakning.





Skismøren juni 2021

Vandretur på Gendarmstien

den 25-26. maj 2021

Af Debutanterne Elfi Bork og Lone Højfeldt

Vores første overnatningstur med gå-klubben startede med afgang fra Bøjden til Fynshav kl 7 tirsdag den 25. maj. Forventningerne var store og humøret højt. Vi var 20 fra Gå-Klubben, som alle så frem til et par vandredage i skøn natur og hinandens selskab. Turens første mål var Sottrupskov, et tidligere fiskerleje ca. 11 kilometer nordvest for Sønderborg.



Vi vandrede ad Alssundstien med Alssund fint glimtende på den ene side og skovens fine og friske løv omkring os. Turen var uden de store udfordringer og vejret var lunt og fint at vandre i. På turen passerede vi Sandbjerg Gods.

Godset blev opkøbt af overretssagfører Knud Dahl og hans hustru Ellen Dahl, født Dinesen (Karen Blixens søster). Ellen Dahl var kunstnerisk begavet og åbnede døren for kulturpersonligheder og videnskabsmænd. Da hun døde i 1959 skænkede hun godset til Aarhus Universitet, som i dag anvender det til kursusvirksomhed.



Herfra gik vi videre mod et lille fiskerleje, hvor skibet "Nydam Tveir" ligger. Skibet er en nøjagtig kopi af Nydambåden, en meget velbevaret offerbåd fra jernalderen. Originalen kan ses på Gottorp Slot i Tyskland.



Undervejs passerede vi smukke bindingsværkshuse og store ny-opførte villaer. Indtrykkene var mange og blandede.

Ved fiskerlejet og de udstillingsbygninger, der omgiver fiskerlejet i dag nød vi den medbragte frokost. Vi havde en lokal iblandt os, som kender området og folk på egnen så godt, at en gammel skolekammerat inviterede os på øl g vand. Det var luksus og en dejlig overraskelse.



Skismøren juni 2021



Efter frokost gik turen tilbage til Sønderborg, hvor vi, traditionen tro hed det, fik en forfriskning på torvet.



Vi ankom til Hotel Baltic, hvor vi mødtes er det meget imødekommende værtpar Birgit og Søren, som serverede bobler på terrassen. (Birgit hentede desuden vores bagage i Sønderborg før vores vandretur.)

Udsigten fra hotellet viste havnen og Hørup Hav. Smukt, smukt.



Efter velkomsten kunne vi gå til vores meget luksuriøse værelser. Hvide badekåber, gåsedunsdyner og puder ventede på os.



Efter formodentlig 20 dejlige varme bade mødtes vi i restauranten til en lækker middag med vine.

Humøret var højt, snakken ville ingen ende tage, men det lykkedes dog at få sunget nogle sjove og velvalgte sange. En på sønderjysk, som kun Elfi helt forstod, men hun var også ophavsmanden til den. Finurlige vittigheder stod Vibeke for.

Det var en skøn aften.



Skismøren juni 2021



Det blev onsdag, og dagen startede med et dejligt og veludstyret morgenbord.

Kl. 9 stod vi iført regntøj, støvler og regnslag. Turen gik mod Skovby og Kegnæs Fyr.

Regnen silede ned, der var ikke udsigt til ophold på noget tidspunkt i løbet af dagen. Oplevelsen fra hotellet kunne dog varme os på den første del af vejen. Aftenens stemning og nattens bløde leje sad stadig i kroppen.

Vi gik i regn og blæst. Kun få steder var der læ for vinden, regnen var der delvis ly for under de mange regnslag – hvis man havde et sådan. Som debutanter var det dog svært at genkende de forskellige, som var helt formummede under deres regnslag. Flere lignede nedbøjede slidte arbejdere med regnslag over rygsække. De var dog så heldige, at alt i rygsækken var tørt, da det skulle bruges. Regnslag er noget, der skal huskes en anden gang.



Der blev ikke snakket så meget på denne tur. Det meste af tiden blev der kigget ned for ikke at glide i det våde føre og for at undgå regnen.

Humøret var dalende flere steder, og trætheden begyndte at melde sig i kroppen. Der blev mumlet om at afkorte turen, så vi sluttede i Skovby.

I denne lille landsby stod 20 våde og kolde fine fynske fruer ved et gadekryds.

Hurtigt blev der skabt kontakt til et hjælpsomt par i byen. De åbnede en garage for os, hvor vi kunne komme i læ og spise den medbragte mad.

Det blev besluttet, at vi ikke skulle gå de sidste kilometer ud til fyret og tilbage igen. Det blev også besluttet, at vi ikke skulle vente 1 time og 55 minutter på den næste bus i denne garage. Der blev bestilt en bus, som kørte os til færgen.

Efter ca. 10 minutter i ventesalen ved færgen havde de fleste fået tørt tøj på og dermed fået varmen tilbage i kroppen. Humøret steg, på trods af vi skulle vente 1 time og 50 minutter på den næste færg.

Første dag var gennemført succesfuld. Anden dag glemmer i ikke med det samme.

Tak til Vibeke og Inger for en særdeles vel tilrettelagt tur. Det er ikke sidste gang, vi skal med på tur.



Skismøren juni 2021

Malermester
Mads Franklin

Plantagen 16 • Korinth • 5600 Faaborg
26140345 • malermadsfranklin@hotmail.com



ORIS
TANDLÆGERNE
DET GULE PAKHUS

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



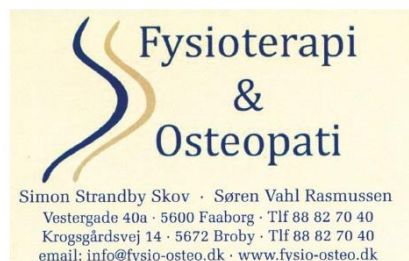
Fri BikeShop

LAGONIS MINDE 8
5600 FAABORG
Tlf. 62 61 06 60
www.fribikeshop.dk

Velkommen i Sydbank!

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

Sydbank



Sammen bygger vi professionelt





Skismøren juni 2021

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

Double Layer Anti Blister System

WRIGHTSOCK

Løbe- og vandsokker

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

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

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

mad med mere
www.landslagter.dk

VELKOMMEN TIL

FORUM FAABORG
 SUNDHED • FRIVILLIGHED • IDRÆT

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

AASTRUP
VOGNMANDSFORRETNING A/S
 Tlf. 20 66 77 44
www.astrupvognmand.dk

FINANCIAL SERVICES | **TOYOTA**

A/S Mogens Frederiksen Automobiles

TOYOTA | FAABORG

Tlf. 62 61 95 88 www.mfabiler.dk

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



Skismøren juni 2021

Nyt fra løbeafdelingen

Af Anne Marie Molter Rasmussen

Nu kan vi se tilbage på en lidt anderledes vinter og forår. – Der er noget, som har forfulgt os alle gennem de sidste mange måneder, en størrelse som har givet os mange begrænsninger i vores hverdag. I ved sikkert alle, hvad jeg tænker på, men jeg har besluttet, at dette ord ikke skal nævnes i dette indlæg.

Det har været et af de koldeste forår i år, men jeg tror, at det var medvirkende til, at vi kunne glæde os over anemonerne og andre forårsbebuder i lang tid.

Maj måned har budt på en masse regn, men de sidste dage i måneden bød da heldigvis på sol og varme. Nu er skoven sprunget ud og alt er grønt og frodigt alle steder. Inden længe blomstre gyvlen og vil lyse op blandt det grønne.

Trods regn og kulde er der blevet løbet på alle træningsdage. Der er dog dage, hvor vi ikke har været så mange. – Det er blevet noget nemmere at samles til løb, end dengang vi kun måtte være 5. Ligeledes er det dejligt igen at se klubhuset indefra, og så kan vi glæde os over, at det er nymalet.

Den 30. maj var den første rigtige solskinsdag, og det var et perfekt vejr til vores grillarrangement. Det var løbeudvalget, der stod for dette, men vi havde inviteret de andre afdelinger med. Det er længe siden, der var været så meget liv på pladsen. – Vi var ca. 50 personer. Jan og Annette stod for at grille pølser, og de fik vist lige så meget sved på panden, som os der løb. – Det var nogle gode og hyggelige timer, som først bød på motion i hver vores afdeling, men efterfølgende hygge og snak på pladsen.

Extrem/ultraløb

Når dette læses, er dette løb nok for længst ovre. – I skrivende stund er vi i fuld gang med at planlægge løbet. Om det er fordi, mange løb har været aflyst, eller om det er fordi, vores løb er ved at være kendt rund omkring, at der er kommet godt med tilmeldinger, er svært at svare på. – Der er i al fald kommet tilmeldinger fra både Sjælland og Jylland.

Alpeløbet

Dette løb afholdes 19. september. – Det afholdes i sin kendte form. – Husk vi har løbetræning i bakkerne flere gange om ugen, så der er mulighed for at træne op til dette løb. (Du kan se træningstiderne på hjemmesiden)

Crossløb

Jeg har lige set, at disse løb ser ud til at blive gennemført i de kendte rammer. – Vi har ikke taget beslutning om, om der igen gives tilskud til disse løb. – Det første løb er i oktober, så alle i løbsafdelingen vil høre nærmere i september ang. pris og tilmelding.

Der er yderligere oplysninger på vores hjemmeside, og du kan se datoerne for løbene i vores aktivitetskalender. - Foto fra 2020





Skismøren juni 2021

MTBer Thurø Rundt

Fredag, den 28. maj kl. 10 start fra Christiansminde, Svendborg

Af Freddy Johansen

På P-pladsen ved Christiansminde var der mødt 8 MTBer op, som gerne ville med på en guidet rundfart.

Det var Peter Skovgaard som førte an, humøret var højt, og det samme må man sige om vejret. Pia, Sahra, Povl, Karsten, Henning Carlsen, John og Freddy, var klar til at følge med Peter.

Fra Christiansminde gik ruten ind mod Svendborg Roklub, op i Halling Skoven, forbi Bjørnemosesgaard (Arvingerne) over broen og så var vi på Thurø.

Vi kørte venstre rundt, lige efter broen, og langs vandet, og det vil sige tæt på vandet, fantastisk smukt, vand, både, små havnepladser, med fritidsfisker, og ikke at forglemme de mange smukke huse, både nye og gamle ejendomme, ja på hele turen var der bare "vandbyggeri" i gang.

Forbi Smørmosen Camping, hvor Karsten gik amok på rutschebanen, helt ud på den sydøstlige spids, hvor vi holdt en udsigts pause og vinkede til Langeland og Rudkøbing, Vemmenæs og Lunkebugten.

Herfra kørte vi mod Grasten, hvor vi igen nød det smukke Svendborg Sund, med turfærgen Helge på udflugt.

Her i Grasten mistede vi John, han har en fræk aftale med 3 af sine gamle kærester, hver gang han kommer på disse kanter, så ham så vi først igen til frokosten.

Ret efter broen, kørte vi igen langs med sundet ind mod Thurø Sejlklub, pause igen, hvor vi så på sejlbåde, gamle fiskehuse, miljø så det basker. Forbi Valstedes Bådeværft, gennem skoven med det flotte bunddække af ramsløg i fuldt flor.

Så var der frokost med mad og drikke, ja og der kom John, alle var samlet, og klokken var tolv. Klokken et gik det mod hjemmet, med et TAK til Peter for en rigtig god tur.

Vi kørte mod Thurøbro, Sahra blev meget betaget, af de flotte ejendomme, med de smukke blomsterhaver, og egen badebro, og stor sejlbåd, hun mente, at alle de sidste års store lottogevinster, var faldet lige netop på Thurø.





Skismøren juni 2021

Rulleski løb i Svendborg

Lørdag, den 29. maj med start kl.12.

Af Freddy Johansen

Det var Vestcuppen, som havde bedt den nye rulleskiklub i Svendborg - SG Ski – arrangerer dette løb.

Vi startede ved Lehnkov Strand, i en stiv modvind, det blæst godt ude på Svendborg Sund.

Der var 37 løbere til start, flot syn. Vi løb på en rundløkke på godt 5 km pr. omgang, speedski 4 omgange, klassiske ski 3 omgange, der var nogle skrappe bakker nedad på løjpen, men alle klarede ruten.

Marion Bald Rasmussen fra FSM vandt damernes speed ski, godt 20 km på 56 minutter. Jeg vandt ingen ting, og tog mig god tid. - Hurtigste løber var Nikolaj Kolte, som på speed ski, brugte 51 minutter til turen på 20 km.



En stor Tak til SG Ski, som virkelig havde gjort noget ud af deres første, men slet ikke sidste, rulleskiløb.



Skismøren juni 2021

Skovtur

Søndag morgen, med start kl. 09:30
Af Freddy Johansen

Formiddagstrænerne havde inviteret til at "SE skoven springe ud" på MTB

Der var 13 som tog mod tilbuddet, afsted gik det, gennem Svanninge Bjerger, Sollerup Skov, til Gammel Skoven, gennem Enemærkeskoven, ad Østerbyvej, til Millinge via Nyvej, så Steensgaard Gods, gennem skoven til Faldsled Kirke, ned på stranden ved Faldsled Skole, en pause ved Faldsled Havn, før turen gik over strandengene mod Bjerghammer, ud på landevejen mod Damsboskovene, til højre ind i skoven, ud på landevejen ved Halsmosen, op til forsøgsgården ved Haastrup, rundt om gyldbeholderen, ud på landevejen mod Kalovn, og standset af en motorcykelbetjent, nej der var mange motorcykler med betjente, for der kom feltet Fyn Rundt, det mødte vi igen ved Hanneslund, der blev 9 stående for at se løbet, 4 kørte ned over Steensgaard, og ved udkørslen blev vi igen standset af de mange motorcykler.

Det var et meget stort felt, med meget stor fart der kom ned af Stenbæksvej og ud på landevejen gennem Millinge. Flot syn, vi tog det med ro på cykelstien og hjem til klubhuset.

Alle på MTB turen fik Grill pølser og vand/øl, en god dag blev vel overstået i selskab med Gådamer, Løbepiger og Løbemænd.

Tak til folkene fra løbeafdelingen som stod for arrangementet ved klubhuset.





Skismøren juni 2021

Kommende aktiviteter

Løb:	Cykel:	Gå motion:
21-06-2021 Ekstremløb	04-09-2021 Landevejstur ca. 200 km (evt aftenhygge)	16-18-06-2021 Flerdagstur til Bogense- Nordfyn
01-09-2021 Allested/Vejle løb	14-09-2021 Klubmesterskab i enkeltstart landevej	12-08-2021 Åstrup – Nakkebølle
19-09-2021 Alpeløb	18-09-21 Klubmesterskab Linie løb landevej	23-25- 08-2021 Flerdagstur på 'Kyst til kyst'- stien.
13-10-2021 Årsmøde	19-09-2021 Klubmesterskab MTB/Gravel	09-09-2021 Vejstrup ådal, Øhavsstien
24-10-2021 Crossløb Langeskov	12-10-2021 Ryttermøde i klubhuset (lettere traktament)	2021-09-23 Løgismose Camping – Skovkrogen
07-11-2021 Crossløb Stige Ø	30-10-2021 Løvfaldstur på MTB/Gravel (social hygge efterfølgende)	30-09-2021 Introdag for nye medlemmer
21-11-2021 Crossløb Faaborg	31-12-2021 Nytårskur	07-10-2021 Helvedes hule
05-12-2021 Crossløb Korup		28-10-2021 Sangdag
10-12-2021 Julefrokost		04-11-2021 Klubmøde
19-12-2021 Juleløb (alle afd.)		23-12-2021 Gløgg og æbleskiver
31-12-2021 Nytårskur		31-12-2021 Nytårskur

Står du med tanken om at sælge din bolig, er vi klar til at lave en uforpligtende vurdering

Søren Lykkegaard
danbolig Faaborg - Telefon: 62 61 04 50



Skismøren juni 2021

FSM udgiver Skismøren

Fra januar 2021 i digitalt udgave 3 – 4 gange årligt.

Artikler og indlæg sendes løbende til:
Mail: blad@fsm-faaborg.dk

FSM er en motionsklub med forskellige aktiviteter og et sted, der fungerer som pusterum/åndehul fra de daglige ting. Vi har et fantastisk område i Svanninge Bakker og Svanninge Bjerge.

Foreningens formål er at samle alle med interesse i motion. De primære interesser er aktiviteter omkring de forskellige motionsafdelinger.

Klubhus v/Naturlegepladsen

Gåsebjergsand, Odensevej 150, danner udgangspunkt for FSM's aktiviteter.

Kontingent

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

Hjemmeside

www.FSM-faaborg.dk

Nyhedsbrev

Modtager du ikke nyhedsmail fra klubben?
Det kan skyldes, at vi har forkert mailadresse.
Vær rar at skrive under **kontakt** på hjemmesiden,
www.FSM-faaborg.dk så bliver det rettet.

TRÆNINGSTIDER

Løbetræning

Fra klubhuset, Gåsebjergsand:

Onsdag kl. 10:00 + kl. 17:30

Fredag kl. 10:00

Søndag kl. 10:00

Cykeltræning:

For dem der har fri om formiddagen:

Onsdag, fredag og søn- og helligdage
er fra klubhuset, kl. 10:00

Træningstider landevejscykling fra

Forum Faaborg:

Tirsdag og torsdag kl. 17:00

Søndag kl. 10:00

Ungdomstræning for 12-15 år + begyndere

Mandag og torsdag, mødested aftales på forhånd

Træningstider MTB fra Forum Faaborg:

Tirsdag kl. 18:00 - Torsdag kl. 17:00

Lørdag kl. 13:30 - Søndag kl. 10:00

Gå motion

Vi går fra Gåsebjergsand og mødes
torsdag kl. 9:30 og søndag kl. 10:00

Skitræning - Rulleski

Onsdag kl. 10:00 fra klubhuset:

Lørdag efter aftale med Freddy: Tlf. 20 76 54 55





Skismøren juni 2021

UDVALG

Ski

Freddy Johansen tlf. 2076 5455

(bestyrelsesmedlem)

Mail: freddyfaaborg@gmail.com

Jørgen Kristoffersen tlf. 5172 0055

Marion Bald Rasmussen tlf. 2480 7178

Løb

Kurt Jeppesen tlf. 24666143, formand

Mail: kurthillerslev@gmail.com

Anita Frank tlf. 26116889

Anne Marie Molter Rasmussen tlf. 22353210

Arne Larsen, tlf. 30263109

Anette Møller Dall, tlf. 21261223

Jan Møller Dall, tlf. 25567902

Torben Toft Nielsen tlf. 23985940 (bestyrelsesmedlem)

Cykel

Lars Erik Andersen, tlf. 2420 5415

Mogens Kim Johansen, tlf. 4029 3365

Mads Franklin Simonsen, tlf. 2614 0345

Gå

Colleen Fay Nielsen, tlf. 6083 1899

Bodil Madsen, tlf. 29808224

Hanne Baun Pedersen tlf. 2651 2647

Inger Vinther tlf. 2562 9988 (bestyrelsesmedlem)

Lene Immerkær, tlf. 2477 5473

Maj-Britt Siggaard, tlf. 28905506

Mail: gaa@fsm-faaborg.dk

Forretningsudvalg

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. 29269510

Mail: sekr@fsm-faaborg.dk

Medlem

Bente Aalund

medlem@fsm-faaborg.dk

Suppleant

Else Stender

Hjemmeside www.fsm-faaborg.dk

Administrator: Kell Lauriten, tlf. 21869092

webmaster@fsm-faaborg.dk

Skismøren

Kirsten Andersen tlf. 2627 6845

Mail: blad@fsm-faaborg.dk

