

NYT om tværgående aktiviteter

Næste nyhedsbrev forventes udsendt i slutningen af uge 39

Madaftner

Første madaften i efteråret er den 7. oktober. Det er Karen, der står for maden, så det kan jo kun blive godt ☺
Det koster som sædvanligt 25-30 kr. pr. portion. Husk tilmelding på listen på opslagstavlen (når vi nærmer os).

Danmarkspremiere på nye vandrestave til stavgængere

Onsdag den 16. september vil LeBOCK demonstrere en helt ny type stænger til stavgang – BungyPump FlexStix.
Har du lyst til at deltage, så mød op ved Odense Atletik Stadion – det er kl. 18.30.

NYT fra Cykelafdelingen

Klubaften

Husk der er klubaften torsdag den 27. august kl. 20.00 efter træningen. Der vil være dejlig forplejning til gode priser. Tilmelding er på dagen inden, I kører ud på landevejen. Så husk penge, en trøje og lygter.

Hyggetur med IS-stop

Søndag den 30. august kører vi den årlige fælles OGF-IS-tur. Vi mødes ved Vaffelhuset i Kerteminde kl. 11.00 (Trollegade 2D). Vi kører i flere hold, hvis der er deltager nok, og ruterne vil variere for holdene. Klubben giver en is efter eget valg – husk I skal cykle hjem. Der er afgang kl. 9.30 fra klubhuset.

Klubtur til Gardasøen - Maj 2016

OGF klubturen 2016 går til Gardasøen i uge 20. Har du lyst til at prøve kræfter med en af Italiens skønne perler, skal du sætte X i kalenderen nu. Læs mere om turen her [LINK](#)

Der holdes infomøde om turen mandag den 21. september kl. 19.00 i klubhuset. Vi har reserveret 50 pladser. Forhåndstilmelding kan ske til mbk.bang@gmail.com - tilmelding er først gældende, når man har tilmeldt sig via vores betalingsmodul. Så hold øje med hjemmesiden, når den åbner op for tilmelding.

Vis hensyn ☺

Før træningen starter, samles vi under træet. Da vi ofte er mange med vores cykler, fylder vi meget, og biler kan have svært ved at komme forbi. Det har medført henvendelser, så derfor – vis hensyn og træk lidt sammen.

NYT fra Løbeafdelingen

Hold øje med løbetræningsplanen for eventuelle ændringer i startsted

Spændende foredrag med ultraløber

Den 7. september er der foredrag i klubhuset med ultraløber Kristina Schou Madsen, som bl.a. har gennemført verdens højeste maraton – The Everest Marathon. Det er kl. 19.30 – 21.30, og du skal bare møde op. Der kan købes øl/vand i klubhuset, men *ikke* mad, kaffe eller andet godt, da det er en mandag.

Medlemsmøde

Løbestyregruppen inviterer til medlemsaften den 30. september. Kom og deltage i snakken om løbetræningen mv. Du skal bare møde op, og der kan købes mad og drikkevarer i klubhuset.

Kommende aktiviteter:

27.08.15	Cykel-klubaften	24.09.15	Cykel-klubaften med grill
30.08.15	Cykeltur med is-stop	27.09.15	Schou Løbet Langesø
02.09.15	Klubaften	30.09.15	Medlemsmøde løbere
07.09.15	Foredrag med ultraløber	05.10.15	Start spinning
13.09.15	Klubtur til CPH Half	07.10.15	Klubaften/fællesspisning
16.09.15	Arrangement for stavgængere	18.10.15	Alpetramp
19.09.15	Klubtur til grænseløbet	21.10.15	Tøse-/mandeaften
21.09.15	Info-møde om klubtur til Gardasøen 2016		