

INFO - OGF-Motion



NYT fra Bestyrelsen

Madaftner

Vi har de seneste år afholdt madaftner første onsdag i forårs- og efterårsmånederne. Flere har velvilligt stillet op til at lave maden – også fra TV-afdelingen. Mange flere har deltaget, og nydt den udsøgte men billige mad. Dermed kan vi roligt sige, at det har været en stor succes. Det er dog en stor opgave, og måske derfor ikke helt så let at skaffe køkkenpersonale, så derfor har vi besluttet, at vi i samarbejde med nogle af de andre afdelinger bruger resten af foråret til at retænke konceptet, således at vi kan være klar igen i en eller anden form til efteråret.

Generalforsamling i Hovedafdelingen

OGF Motion har nu to repræsentanter i hovedafdelingens bestyrelse – nemlig Annemette som formand for OGF Motion og Karen Hybye som suppleant.

NYT fra Cykelafdelingen

Cykelstormøde

Husk vores stormøde den 14. marts kl. 19.00 i klubhuset - se dagsorden på hjemmesiden eller via dette [LINK](#).

Tilmelding til: kurtskov42@gmail.com

Tilbud på energi og cykeltilbehør

Husk at der på stormødet er mulighed for at købe ind til den kommende sæson. Der vil være VIP tilbud samt et udvalg af diverse tilbud. NB! Der modtages kun kontant betaling eller MobilePay. Tilbud kan ses på hjemmesiden under cykelnyt eller via disse link: [Energi](#) [Cykeltilbehør](#)

Slut på spinningssæson 2015/2016 så alle hold får lige mange træningsseancer:

Mandagsholdet: Sidste spinning er den 21. marts

Onsdagsholdet: Sidste spinning er den 23. marts

Tirsdag aften: Sidste spinning er den 29. marts (påskeferie i uge 12)

Torsdag aften: Sidste spinning er den 31. marts (påskeferie i uge 12).

Der er kommet en midlertidig lås på cykelgården ved klubhuset. Cykelstyregruppen og Klaus på kontoret kender koden. Det er således muligt at bruge gården, selvom den ikke er helt færdig.

NYT fra Løbeafdelingen

Fællestræning med andre løbeklubber – arrangeret af OGF Motion

Lørdag den 16. april er der igen fællestræning med de andre løbeklubber i Odense, og denne gang er det os, der står for det. Det er som sædvanligt kl. 10 fra atletikstadion. Ud over eventyrruterne på 5 og 10 km tilbydes en 15 km, som også løbes på eventyrruterne. Se opslag her [LINK](#)

Cirkeltræningen har sidste træningsdag den 16. marts.

Medlemsmøde

Medlemsmøde onsdag den 30. marts kl. 20.00 i klubhuset. Der er ingen tilmelding – man møder selvfølgelig bare op, og giver sin mening med om det kommende års træningsaktiviteter.

Schouløbet Langesø

St. Bededag fredag den 22. april afholder OGF i samarbejde med Schou det første af vores to årlige "crossløb" i Langesø Skoven. Der er både en rute på godt 7 km rundt i den fantastiske natur samt en børnerute på godt 2 km. Det er allertidens løb, som vi varmt kan anbefale at deltage i.

Kommende aktiviteter:



12.03.16 Start fortræning til Eventyrløbet

03.04.16 Start på racer-sæsonen (9:30)

14.03.16 Cykelstormøde

9.-10.04.16 Klubtur til Hannover Maraton