



AKTIVITETS KALENDER

FOR 2020



FRØSLEV-MOLLERUP
SPAREKASSE
– Fri & selvstændig ...

TIRSDAG - Stavgang / frisk motion 1 time cirka 5 km

Kl. 19.00 går vi en frisk tur på 1 time - velegnet for stavgængere.

Fra 7. januar – 31. marts start fra Captain Møllers Plads.

Fra 7. april - 29. september start fra Multihuset.

Fra 6. oktober - 22. december start fra Captain Møllers Plads.

**Kaffe og brød efter turen: den 24. marts, 16. juni,
8. september, 17. november**

Husk refleksvest i den mørke tid.

ONSDAG – motionstur 1 – 1½ timer cirka 3 km/time

kl. 10.00 motionstur start udenfor indgangen til Fakta i Algade.

**Kaffe og brød efter turen den 25. marts, 24. juni, 9. september,
18. november.**

ONSDAG – træningsture 10-11 km på 2 timer

Kl. 19.00 træningstur hver gang går vi 10-11 km på 2 timer.

Husk refleksvest i den mørke tid.

TORSDAG & LØRDAG – motionstur cirka 4 km pr. time

Torsdag kl. 19.00

Lørdag kl. 13.30

Hver gang går vi cirka 1½ - 2 timer.

Træningsture 10 km - hver onsdag – kl. 19.00

Dato	Sted	Turleder
Januar		
8	Karby Kirke, Ørndrupvej 1, Karby	Inger Nielsen
15	Vejerslev Kirke, Kirkebakken 7, Vils	Inger Nielsen
22	Multihuset, Spurvevej 2, Nykøbing	Mona Bach
29	Købmanden i Koldby, Limfjordsgade 15, Snedsted	Magne Jensen
Februar		
5	Rakkeby Kirke, Blåborgvej 2, Karby	Inger Nielsen
12	Morslands Historiske Museum, Dueholmgade 9, Nykøbing	Lisbeth Nørgaard
19	Multihuset, Spurvevej 2, Nykøbing (K)	Povl Li Nielsen
26	Morsø Kommune, Jernbanevej 7, Nykøbing	Bente Christensen
Marts		
4	Sundby Kirke, Skolebakken 69, Sundby	Elly Bovbjerg
11	Tornhøj 3, Sindbjerg, Redsted	Elisabeth Houmøller
18	Karby Kirke, Blåborgvej 2, Karby	Inger og Mona
25	Tæbring Kirke, Præstegårdsvej 2, Tæbring	Inger og Mona
April		
1	Superbrugsen, Præstbrovej 322, Øster Jølby	Elly Bovbjerg
8	Morsø Kommune, Jernbanevej 7, Nykøbing	Mona Bach
15	Tødsø Kirke, Gammel Landevej 36, Tødsø	Lisbeth Nørgaard
22	Skallerup Kirke, Tordenhøjsvej 5a, Erslev	Inger og Mona
29	Gullerup Strand Kro, Grydhøjvej 25, Erslev	Inger og Mona
Maj		
6	Multihuset, Spurvevej 2, Nykøbing (K)	Lisbeth M. Nielsen
13	Skyttevej 4, Karby	Allan Mogensen
20	P-plads på Søbugten	Inger og Mona
27	P-plads på Hulhøjen	Inger og Mona
Juni		
3	Sallingsund Fægekro, Sallingsundvej 194, Nykøbing	Bente Christensen
10	Flugtskydningsbanen, Kystvejen 60B, Bedsted	Magne Jensen
17	Jørsby Kirke, Strandvænget 41, Nykøbing	Inger og Mona
24	P-plads på Bjørndrupvej, Nykøbing	Inger og Mona

(K) – Morsø Fodslaw giver kaffe og brød efter turen

Træningsture 10 km - hver onsdag – kl. 19.00

Dato	Sted	Turleder
Juli		
1	Ørding Kirke, Bygaden 22, Ørding	Lisbeth Nørgaard
8	Bjergby Kirke, Friskolevej 9, Bjergby	Elly Bovbjerg
15	Sindbjerg Savværk, Plantagen 3, Vils	Mona Bach
22	P-plads Legindvej, Nykøbing	Inger og Mona
29	P-plads Årbækmøllevej, Ørding	Inger og Mona
August		
5	Hvidbjerg Købmand, Næssundvej 358, Karby	Inger Louise Borg
12	Superbrugsen, Præstbrovej 322, Øster Jølby	Elly Bovbjerg
19	Sillerslev Havn, Havnevej, Sillerslev	Inger og Mona
26	V. Assels Kirke, Hovedstrædet 18, Øster Assels	Inger og Mona
September		
2	Sejerslev Kirke, Sejersvej 52, Sejerslev	Inger Nielsen
9	Alsted Kirke, Kirkesvinget 4, Alsted	Lisbeth Nørgaard
16	Jesperhus Svømmehal, Legindvej 32, Nykøbing	Mona Bach
23	Lødderup Kirke, Harrehøjvej 56, Nykøbing	Elisabeth Houmøller
30	Multihuset, Spurvevej 2, Nykøbing (K)	Lisbeth M. Nielsen
Oktober		
7	Gullerup Strand Kro, Grydhøjvej 25, Erslev	Inger Nielsen
14	Morslands Historiske Museum, Dueholmgade 9, Nykøbing	Inger Nielsen
21	Lilletterv, Nykøbing	Bente Christensen
28	Multihuset, Spurvevej 2, Nykøbing	Inger Nielsen
November		
4	Sundhedscentret, Strandparken 48, Nykøbing	Inger Nielsen
11	Øst Vilsund Færgetro, Sundbyvej 238, Erslev	Inger Nielsen
18	Morsø Turistbureau, Havnen 4, Nykøbing	Mona Bach
25	Multihuset, Spurvevej 2, Nykøbing (K)	Lisbeth M. Nielsen
December		
2	Morsø Kommune, Jernbanevej 7, Nykøbing	Inger Nielsen
9	Multihuset, Spurvevej 2, Nykøbing	Povl Li Nielsen
16	Multihuset, Spurvevej 2, Nykøbing	Lisbeth M. Nielsen

(K) – Morsø Fodslaw giver kaffe og brød efter turen

Motionsture torsdag kl. 19.00 og lørdag kl. 13.30

Dato	Sted	Turleder
Januar		
Lørdag – kl. 13.30		
4	Vejerslev Kirke, Kirkebakken 7, Vils	Susanne Nielsen
11	Multihuset, Spurvevej 2, Nykøbing (K)	Povl Li Nielsen
18	Sindbjerg Savværk, Plantagen 3, Vils	Elisabeth Houmøller
25	Erslev Kirke, Kirkevænget 13, Erslev	Tove Kibsgaard

Februar		
1	Roklubben, Øster Alle, Nykøbing	Susanne Nielsen
8	Thissinghus Havn, Thissingvej, Redsted	Else Boesen
15	Elsø Kirke, Kirkekrogen 3, Nykøbing	Lisbeth Nørgaard
22	Karby Kirke, Blåborgvej 2, Karby	Peder Li Nielsen

Marts		
14	Karby Kirke, Blåborgvej 2, Karby	Klaus Mogensen
21	Outrup Kirke, Kjeldgårdsvej 51, Outrup	Tove Kibsgaard
28	Heva, Doubletvej 2, Ørding	Conni Th. Koch

Torsdag – kl. 19.00

April		
2	Sdr. Dråby Kirke, Dråbystræde 66, Nykøbing	Povl Li Nielsen
16	Rakkeby Kirke, Blåborgvej 2, Karby	Else Boesen
23	Sindbjerg Savværk, Plantagen 3, Vils	Elisabeth Houmøller
30	Lillerisvej 30, Fredsø	Hanne Bisgaard

Maj		
7	Sallingsund Camping, Sallingsundvej 106, Nykøbing	Peder Li Nielsen
14	Glyngøre Kirke, P-pladsen Durupvej, Glyngøre	Inge Falk
21	Vestsallingbanen 25 km ført tur – se program	
28	Dragstrup Kirke, Helligkildevej 1, Erslev	Tove Kibsgaard

Juni		
4	P-plads for enden af Sommervej, Nykøbing	Birgit Freudendahl
11	Multihuset, Spurvevej 2, Nykøbing (K)	Hyggetur med Sydthy
18	Frøslev Kirke, Elsøvej 258, Nykøbing	Poul Filtenborg
25	Ejerslev Havn, Utkærvej 10, Nykøbing	Lisbeth M. Nielsen

(K) – Morsø Fodslaw giver kaffe og brød efter turen

Motionsture torsdag kl. 19.00 og lørdag kl. 13.30

Dato	Sted	Turleder
Juli		
2	Tødsø Kirke, Gammel Landevej 36, Tødsø	Lisbeth Nørgaard
9	Outrup Kirke, Kjeldgårdsvej 51, Nykøbing	Tove Kibsgaard
16	Multihuset, Spurvevej 2, Nykøbing (K)	Povl Li Nielsen
23	Sillerslev Havn, Havnevej, Sillerslev	Conni Th. Koch
30	P-pladsen på Hulhøjen, Sejerslev	Hanne Bisgaard
August		
6	Tæbring Kirke, Præstegårdsvej 2, Tæbring	Hanne Bisgaard
13	Administrationsbygningen, Jernbanevej 7, Nykøbing	Birgit Freudendahl
18 tirsdag	Morup Mølle Kro, Morup Møllevej 71, Bedsted	Hyggetur i Sydhø
20	Hvidbjerg Kirke, Næssundvej 266, Ø. Hvidbjerg	Peder Li Nielsen
27	Jørsby Kirke, Strandvænget 41, Nykøbing	Poul Filtenborg
September		
Lørdag – kl. 13.30		
5	Ørding Kirke, Bygaden 22, Ørding	Lisbeth Nørgaard
12	Vejerslev Kirke, Kirkebakken 7, Vils	Elisabeth Houmøller
19	Redsted Kirke, Vindbakken 20, Redsted	Tove Kibsgaard
26	Salgerhøj i Flade	Ely Bovbjerg
Oktober		
3	Multihuset, Spurvevej 2, Nykøbing (K)	Birgit Freudendahl
10	Thissinghus Havn, Thissingvej, Redsted	Peder Li Nielsen
17	Erslev Kirke, Kirkevænget 13, Erslev	Tove Kibsgaard
24	Sundby Kirke, Skolebakken 69, Sundby	Elly Bovbjerg
November		
7	Multihuset, Spurvevej 2, Nykøbing	Birgit Freudendahl
14	Skarregård, Feggesundvej 53, Sejerslev	Povl Li Nielsen
21	Alsted Kirke, Kirkesvinget 4, Alsted	Elly Bovbjerg
28	Ørndrupvej 116, Karby	Klaus Mogensen
December		
5	Outrup Kirke, Kjeldgårdsvej 51, Nykøbing	Tove Kibsgaard
12	Captain Møllers Plads, Nykøbing	Poul Filtenborg
19	P-pladsen for enden af Fyrvejen, Nykøbing	Susanne Nielsen
26	Julemotionstur (se ugeavis for startsted – 3 - 6 - 10 km)	

(K) – Morsø Fodslaw giver kaffe og brød efter turen

Morsø Fodslaw, Frueled 14, 7900 Nykøbing

Bestyrelse:

Formand Povl Li Nielsen, tlf. 2987 0563, post@morsfodslaw.dk

Kasserer. Poul T. Nielsen, tlf. 9774 1187 / 6138 6621

Bestyrelsesmedlem . . . Birgit Freudendahl, tlf. 2335 7918

Bestyrelsesmedlem - Rie Mikkelsen, tlf. 9772 4057

Bestyrelsesmedlem - Inger Nielsen, tlf. 9776 1253 / 4012 2920

Suppleant – Tove Andersen, tlf. 3024 2591

Suppleant – Mona Bach, tlf. 5131 9766

Ruteudvalg: Inger Nielsen, Mona Bach og Peder Li Nielsen

Morsø Fodslaws e-mail: post@morsfodslaw.dk

Morsø Fodslaw Internet: www.morsfodslaw.dk

Mød os på Facebook



Oversigt over vores afmærkede vandreture i 2020

Vintervandring ved Rønbjerg

Søndag den 16. februar

Startsted Rønbjerg Hallen, Kisumvej 34, 7800 Skive

Start fra kl. 9.00 – 10.30

Afmærkede ruter på 6, 12 og 18 km

Dagen derpå vandring

Søndag den 1. marts

Startsted ”Det Ottekantede Forsamlingshus”

Start fra 9.00 – 10.00

Afmærkede ruter på 5 og 10 km

38. Int. Mors Rundt 17. – 19. april

Fredag start kl. 19.00 med turleder, som viser vej

Lørdag og søndag start fra kl. 6.00 – 12.00 alt efter distance

Start fra Øster Jølby Skole

Afmærkede ruter på 6, 10, 20, 30, 40 og 50 km hver dag.

Sensommervandring på Mors

Søndag den 27. september

Start fra Ørding Friskole – ruterne er afmærkede

Ruter 6 og 10 km start mellem 9.00 og 12.00

Ruter 17 og 24 km start mellem 9.00 og 10.00

Julemærkemarchen

Søndag den 6. december – afmærkede ruter på 5 og 10 km

Start fra Multihuset

Julemotionstur 2. juledag

Lørdag den 26. december - afmærkede ruter på 3 – 6 og 10 km

Start fra Drivhus ved Jesperhus Blomsterpark