



AKTIVITETS- KALENDER

FOR 2025



*Overskud
til hinanden*



FRØSLEV-MØLLERUP
SPAREKASSE
- Fri & selvstændig ...



Viden, kvalitet og troværdighed

LØRDAG / TORSDAG – motionstur cirka 6 km på 1½ time

Lørdag kl. 13.30

Torsdag kl. 19.00

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

Kl. 10.00 motionstur start

Skomagerhuset, Langebæksgade 34, Nykøbing Mors.

Kaffe efter turen den 26. marts, 2. juli og 5. 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.

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 – 25. marts start fra Skomagerhuset, Langebæksgade 34.

Fra 1. april - 30. september start Multihuset, Spurvevej 2, Nykøbing.

Fra 7. oktober - 16. dec. start fra Skomagerhuset, Langebæksgade 34

Kaffe efter turen den 18. marts, 19. august og 4. november

Træningsture 10 km - hver onsdag – kl. 19.00

Husk refleksvest i den mørke tid.

Dato	Sted	Turleder
Januar		
8	Multihuset, Spurvevej 2, Nykøbing	Lisbeth M. Nielsen
15	Karby Kirke, Ørndrupvej 1, Karby	Inger Nielsen
22	Morsø Kommune, Jernbanevej 7, Nykøbing	Lisbeth Nørgaard
29	Limfjordsteatret, Limfjordsvej 97, Nykøbing	Mona Bach
Februar		
5	Hvidbjerg Kirke, Næssundvej 266, Ø. Hvidbjerg	Inger Nielsen
12	Købmanden i Koldby, Limfjordsgade 15, Snedsted	Magne Jensen
19	Captain Møllers Plads, Nykøbing	Mona Bach
26	Morslandsk Historiske Museum, Dueholmgade 7	Lisbeth Nørgaard
Marts		
5	Vejerslev Kirke, Kirkebakken 7, Vejerslev	Inger Nielsen
12	Multihuset, Spurvevej 2, Nykøbing	Lisbeth M. Nielsen
19	Skomagerhuset, Langebæksgade 34, Nykøbing	Birgit Freudendahl
26	Sundhedscentret, Strandparken 48, Nykøbing	Lisbeth Nørgaard
April		
2	Sillerslev Havn, Havnevej 57, Sillerslev	Inger Nielsen
9	P-plads ved Sundby Havn, Sundbyvej 237	Peter Thyregod
16	Sæby Kirke, Sæbyvej 13A, Roslev	Povl Li Nielsen
23	Tødsø Kirke, Gl. Landevej 36, Tødsø	Lisbeth Nørgaard
30	Mountainbike hytten i Legind	Lisbeth M. Nielsen (K)
Maj		
7	Karby Kuber, Ørndrupvej 50, Karby	Inger Nielsen
14	Ørding Kirke, Bygaden 22, Ørding	Lisbeth Nørgaard
21	Flugtskydningsbanen, Kystvejen 60B, Bedsted	Magne Jensen
28	Glyngøre Kirke, P-pladsen på Durupvej 12A,	Mona Bach
Juni		
4	Ejerslev Kirke, Lyngen 25, Ejerslev	Inger Nielsen
11	Hanbjergvej 4, Sejerslev	Uffe Gorm Nielsen
18	Ørding Kirke, Bygaden 22, Ørding	Mona Bach
25	Nautrup Kirke, Nautrupvej 30B, Lyngø, Roslev	Inger Nielsen

K = Der er kaffe/the med brød efter turen

Træningsture 10 km - hver onsdag – kl. 19.00

Dato	Sted	Turleder
Juli		
2	Ansgarkirken, Ansgarvej 17, Ø. Jølby	Inger Nielsen
9	Store Bøgedal, Legindvej	Lisbeth M. Nielsen
16	Roklubben, Langelinie 25, Nykøbing	Birgit Freudendahl
23	Sydmors Skole Børnehus, Smedebjergervej 61, Vils	Mona Bach
30	Hotel Vilsund Strand, Ved Stranden, Vilsund	Magne Jensen
August		
6	Sundby Kirke, Skolebakken 69, Sundby	Inger Nielsen
13	Jesperhus Svømmehal, Legindvej 32, Nykøbing	Lisbeth Nørgaard
20	Skarregaard, Feggesundvej 53, Sejerslev	Lisbeth M. Nielsen (K)
27	Vile Kirke, Langeodde 1A, Roslev	Inger Nielsen
September		
3	Alsted Kirke, Kirkesvinget 4, Alsted	Lisbeth Nørgaard
10	V. Assels Kirke, Hovedstrædet 18, V. Assels	Inger Nielsen
17	Multihuset, Spurvej 2, Nykøbing	Lisbeth M. Nielsen
24	Ørding Kirke, Bygaden 22, Ørding	Peter Thyregod
Oktober		
1	Pakhuset, Pakhustorvet, Nykøbing	Lisbeth Nørgaard
8	Ljørslev Kirke, Vittrupvej 5, Ljørslev	Inger Nielsen
15	Skomagerhuset, Langebæksgade 34 (Halloween)	Inger Nielsen
22	Sundhedscentret, Strandparken 48, Nykøbing	Mona Bach
29	Multihuset, Spurvej 2, Nykøbing	Lisbeth M. Nielsen
November		
5	Redsted Kirke, Vindbakken 20 Redsted	Inger Nielsen
12	Skomagerhuset, Langebæksgade 34, Nykøbing	Lisbeth M. Nielsen (K)
19	P-pladsen på Møgelvangs Plads, Nykøbing	Mona Bach
26	Sundhedscentret, Strandparken 48, Nykøbing	Lisbeth Nørgaard
December		
3	Morsø Kommune, Jernbanevej 7, Nykøbing	Mona Bach
10	Ørndrupvej 93, Karby	Inger Nielsen
17	Multihuset, Spurvej 2, Nykøbing	Lisbeth M. Nielsen

K = Der er kaffe/the med brød efter turen

Motionsture lørdag / torsdag

Dato	Sted	Turleder
Lørdag kl. 13.30		
Januar		
4	Captain Møllers Plads, Nykøbing	Birgit Freudendahl
11	Sundhedshuset, Strandparken 48, Nykøbing	Mona Bach
18	Hvidbjerg Kirke, Næssundvej 266, Ø. Hvidbjerg	Else Boesen
25	Lødderup Kirke, Harrehøjvej 56, Lødderup	Elisabeth Houmøller
Februar		
1	Vinterhygge	
8	Sallingsund Camping, Sallingsundvej 106,	Peder Li Nielsen
15	Skomagerhuset, Langebæksgade 28, Nykøbing	Lisbeth Nørgaard
22	Redsted Kirke, Vindbakken 20, Redsted	Else Boesen
Marts		
1	Sindbjerg Savværk, Plantagen 3, Vils	Elisabeth Houmøller
8	Blidstrup Kirke, Åbakken 4, Blidstrup	Susanne Nielsen
15	Karby Kirke, Ørndrupvej 1, Karby	Else Boesen
22	Ørding Kirke, Bygaden 22, Ørding	Poul T. Nielsen
29	Roklubben, Langelinie 25, Nykøbing	Birgit Freudendahl
Torsdag kl. 19.00		
April		
5	P-plads Smedebjergervej 24, Vils	Lisbeth Nørgaard
26	Thissinghus Havn, Thissingvej 40A, Redsted	Else Boesen
Maj		
1	Multihuset, Spurvevej 2, Nykøbing	Elisabeth Houmøller
8	Morsø Kommunes p-plads, Jernbanevej	Birgit Freudendahl
13 tirsdag	kl. 18.30 Hyggetur med Skive (K)	
15	Sillerslev Havn, Havnevej 57, Sillerslev	Poul T. Nielsen
22	Tæbring kirke, Præstegårdsvej 2, Tæbring	Else Boesen
Juni		
5	Sæby Kirke, Sæbyvej 13A, Roslev	Povl Li Nielsen
12	Brokholm Sø, Vejmarksvej 15, Roslev (K)	Hyggetur med Skive
19	Jesperhus Svømmehal, Legindvej 32	Elisabeth Houmøller
26	Sydsmors Skole Børnehus, Smedebjergervej 61, Vils	Mona Bach

K = Der er kaffe/the med brød efter turen

Motionsture lørdag / torsdag

Dato	Sted	Turleder
Juli		
3	Store Bøgedal, Legindvej	Lisbeth M. Nielsen
10	Skomagerhuset, Langebækgade 34, Nykøbing	Lisbeth M. Nielsen (K)
16	Sindbjerg Savværk, Plantagen 3, Vils	Mona Bach
24	Morsø Kommunes p-plads, Nykøbing	Vi går bare
31	Ørding Kirke, Bygaden 22, Ørding	Mona Bach

August

7	Vejerslev Kirke, Kirkebakken 7, Vils	Elisabeth Houmøller
14	Mollerup Kirke, Kirkestien 2, Mollerup	Conni Th. Koch
21	Outrup Kirke, Keldgardsvej 51, Outrup	Else Boesen
28	Skarregård, Feggesundvej 53, Sejerslev	Mona Bach

Lørdag kl. 13.30

September

6	Tødsø Kirke, Gl. Landevej 3, Tødsø	Lisbeth Nørgaard
13	Sundby Kirke, Skolebakken 69, Sundby	Mona Bach
20	Sundhedscentret, Strandparken 48, Nykøbing	Lisbeth Nørgaard
27	Dragstrup Kirke, Helligkildevej 1, Dragstrup	Else Boesen

Oktober

4 kl. 10.00	Vandretur, Langebækgade 34, Nykøbing	
4 kl. 13.00	Generalforsamling, Langebækgade 34, Nykøbing	
11	Thissinghus Havn, Thissingvej 40A, Redsted	Else Boesen
18	Fyret for enden af Fyrvej, Nykøbing	Susanne Nielsen
25	Lødderup Kirke, Harrehøjvej 56, Lødderup	Elisabeth Houmøller

November

1	Shelter på Refshammer, Sommervej, Nykøbing	Birgit Freudendahl
8	Store Bøgedal, Legindvej	Poul T. Nielsen
15	Rakkeby Kirke, Blåborgvej 2, Karby	Else Boesen
22	Multihuset, Spurvej 2, Nykøbing	Elisabeth Houmøller
29	Sallingsund Camping, Sallingsundvej 106,	Peder Li Nielsen

December

6	Alsted Kirke, Kirkesvinget 4, Alsted	Lisbeth Nørgaard
13	Glyngøre Kirke, P-pladsen på Durupvej	Mona Bach
20	Morsø Kommunes P-plads, Jernbanevej	Vi går bare
26	Fredag Julemotionstur (se hjemmeside/ugeavis for startsted – 3 - 6 - 10 km)	

K = Der er kaffe/the med brød efter turen

Morsø Fodslaw, Frueled 14, 7900 Nykøbing

Bestyrelse:

Formand Povl Li Nielsen, tlf. 2973 0563, post@morsfodslaw.dk

Næstformand . . . Poul Filtenborg, tlf. 2125 2829

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

Bestyrelsesmedlem . . . Birgit Freudendahl, tlf. 2335 7918

Bestyrelsesmedlem . . . Mona Bach, tlf. 5131 9766

Suppleant – Peter Thyregod

Suppleant – Lisbeth Nørgaard

Ruteudvalg: Mona Bach, Poul Filtenborg og Peter Thyregod

Morsø Fodslaws e-mail: post@morsfodslaw.dk

Morsø Fodslaw Internet: www.morsfodslaw.dk

Mød os på Facebook

www.morsfodslaw.dk

Program revideret 03-01-2025

Oversigt over vores afmærkede vandreture i 2025

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

41. Int. Mors Rundt 11. - 13. 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 6, 10, 18, 26, 34, 42 og 50 km lørdag og søndag.

Sensommervandring på Mors

Søndag den 28. september

Start fra Sydmorsskole og Børnehus, Smedebjergervej 61, Vils

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 7. december – afmærkede ruter på 5 og 10 km

Start – se www.morsfodslaw.dk

Julemotionstur 2. juledag

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

Start – se www.morsfodslaw.dk

Læs mere om turene på www.morsfodslaw.dk