



ØLSEMAGLE MOTION

INFO 2/2019-2020

Cykeltræning i vinterhalvåret

Vintertræning

Søndage, tirsdage og fredage - kl. 9.30.

Alle ture starter og slutter ved klubhuset, hvor der er frisk kaffe efter turen.

Nyt i vintersæsonen 2019 / 2020 er samarbejdet med KCM, hvor medlemmerne fra KCM kan deltage i landevejscykling og MTB m.v. Landevejscykling sker fra klubhuset, medens at MTB – Cross og Gravel cykler fra Ravensborghallen ligeledes - kl. 9.30.

Vinterudstyr

I vinterhalvåret køres der med skærme på cyklen!
Det henstilles til, at der så vidt muligt køres i klubbens tøj.

Tilmelding

Tilmelding til træning er muligt på www.holdsport.dk

Aktiviteter i vinterhalvåret

Afslutningsfest

Lørdag d. 16. november 2019 - kl. 18 i Klubhuset.
Se invitation i klubhuset. Tilmelding: Frank Normann



- Juleafslutning** 1. december 2019 - kl. 9.30. Efter en cykeltur er der julehygge i klubhuset fra kl. 11.00. Ved Juleudvalget.
- Generalforsamling** Onsdag d. 15. januar 2020 - kl. 19.00 i klubhuset.
- Bowling** Bowling med efterfølgende middag.
24. februar 2020 – kl. 17. 30 – 18.30.
Pris kr. 150. Opslag i klubhuset følger.
Tilmelding kan ske allerede nu til Ole.
- Fastelavn** Søndag d.23. marts 2020 - kl. 9.30. Ved Fastelavnsudvalget.
- Gymnastik** Træning på Ellemarkskolen mandage fra kl. 18.00 til 19.00. Som medlem er der adgang til at deltage i Køge Atletiks gymnastik.
Prisen er 20,- kr. pr. gang, som betales til Ellen.
- Klubtræf** Udgår i vintersæsonen 2019 / 2020 pga. samarbejdet med KCM.
- Sæsonstart** 29. marts 2020 - kl. 9.00.
Der henstilles til, at der mødes op i klubbetøj fra Ølsemagle Motion.
- Udenlandske ture og aktiviteter i 2020:**
- Klubtur til Harzen** I maj på hotel i bjergene. Info følger senere. Tilmelding: Harald.
- Hallandsåsen** Foreløbig i juli. Info følger senere. Tilmelding: Ole.
- Tøserunden** Dato følger. Bemanding af depot, hvor vi gerne stiller op med hjælpere i lighed med 2019.
- Rishøjløbet** Dato følger. Klubbens eget cykelløb med stolte traditioner. Her er brug for 25 - 30 hjælpere.
- Om foreningen**
- Kontingent** Nye medlemmer betaler ved indmeldelsen 600 kr., som



Klubtøj

omfatter en kortærmet klubtrøje og kontingent.
Herefter udgør kontingentet 300 kr. årligt.
Bestyrelsen opfordrer medlemmer til at køre i klubtøj på træningsture. Klubtøj kan købes ved henvendelse til Frank.
Det omfatter trøjer, bukser og veste.

Hjemmeside

Se www.oelsemagle-motion.dk

Facebook

Følg [Ølsemagle Motion på Facebook](#)

Bestyrelse

Formand Jan K. Jensen – 2894 5200
Næstformand Ole Nielsen – 2537 7629
Kasserer Erik Rishøj – 2452 5952
Sekretær Lasse Holm – 3126 7816
Frank Normann Hansen – 3012 4883
Anders Olesen - 3061 2326
Suppleanter:
Jesper Andersen

Udvalg mv.

Webmaster: Allan Andersen
Festudvalg: Jan Bastholm, og Frank Normann Hansen.
Fastelavnsudvalg: Ellen Nielsen, Kurt Nielsen og Per Rosenkilde.
Juleudvalget: Ellen Nielsen.
Revisorer: Kjeld Jacobsen og Jan Bastholm.
Revisorsuppleanter: Niels Kyed.

Slanger

Sælges i klubhuset: 48 mm og 60 mm ventil.

Klubben er stolt over at sponsorerne bl.a. omfatter:





ØLSEMAGLE MOTION



Ølsemagle



OK
Vi støtter lokalsporten

SKOLEVEJ 13 – 4600 KØGE
Møns Bank: Reg 6140 konto 4213 664