****

### ØLSEMAGLE MOTION

#### INFO 2024

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Sæsonstart**  **Sæsonafslutning:** | Søndag d. 7. april 2024 kl. 9.00 fra klubhuset  Søndag 27.10.2024 med flæskestegssandwich efter cykelturen. |  |
| **Helligdage** | Skærtorsdag d. 28.marts 2024 (kun morgentræning). |  |
|  |  |  |
| **Træningstider** | Tirsdag og torsdag kl. 17.00  Tirsdag og fredag formiddag kl. 9.30  Søndage og helligdage kl. 9.00 |  |
| **Klubtøj** | Bestyrelsen opfordrer og henstiller medlemmerne til at køre i klubtøj på træningsture.  Klubtøj er i øvrigt af en rigtig god kvalitet kan købes ved henvendelse til Frank.  Klubbens nuværende lager af tøj omfatter p.t.:    Korte bukser - pris kr.500  Klubtrøje kort - pris kr. 400  Klubtrøje lang - pris kr. 500  Vindvest pris kr.500  Vinterjakke pris kr. 800  Gl. tøj pris kr. 200 pr. stk. |  |
| **Hjemmeside** | www.oelsemagle-motion.dk | k |
| **Facebook** | Følg [Ølsemagle Motion på Facebook](https://www.facebook.com/groups/1576670322594469/) |  |
| **Strava**  **Kontingent** | Følg Ølsemagle Motion på Strava  Almindeligt medlemskab kroner 300,-  Nye medlemmer betaler første gang indmeldelsesgebyr og kontingent, i alt kroner 600,- hvilket inkluderer en cykeltrøje med korte ærmer samt træning i indeværende år.  Kontingent betales d. 15.2.2024  Møns Bank Reg.:6140 Kto.:4213664 |  |
|  |  |  |
| **Klubture;**  **Bowling**  **Fastelavn**  **Kidstur** | Klubturene starter fra klubhuset kl. 9.00. Vemmetofte 14.04.2024 med depot ved Jan K.  Hammer Bakker 09.06.2024 med depot ved Kurt  Tadre Mølle 01.09.2024 med depot ved Frank  Vallø Rundt: betalt motionsløb 15.09.2024    Harzen 17. maj 2024 til 20.mai 2024(Pinse)  19.02.2024 Kl. 17.00 i Ravnsborghallen  1 times bowling, spisning bagefter. Egenbetaling 150,00 dkr.  11.02.2024 Tøndeslagning 11.30 efter cykelturen  Man er velkommen, selvom man ikke deltager.  .  4. maj 2024. Vi hjælper med afvikling af børnecykelløb på 1,5 km rundstrækning. |  |
| **Rishøjløbet** | 11. august 2024  Vi har brug for mange hjælpere. Reserver dagen. |  |
| **Cykelkalender** | Link: <https://motionscykellob.dk/> Vi opfordrer medlemmer til at deltage i flere motionsløb.  F.eks. Grejsdalsløbet, Skjoldnæsholmløbet, Bastrupsø Rundt, Hedeboløbet, Storebæltsløbet, Espen Snare etc. |  |
| **Bestyrelse 2024** | Formand Jan Kirkegaard Jensen – 2894 5200  Næstformand Søren Dankelev 23247324  Kasserer Niels Kyed – 2020 0816  Sekretær Harald Reutin - 40965771  Frank Normann Hansen – 30124883  Kurt Jørgensen - 21488460 |  |
| **Udvalg mv.** | Festudvalg:  Jan Bastholm, Billy Rasmussen og Frank Normann  Fastelavnsudvalg:  Ellen Nielsen, Per Rosenkilde og  Kurt Jørgensen.  Juleudvalget:  Ellen Nielsen |  |
| **Slanger**  **Klubaftener:** | Slanger med 48 mm og 60 mm ventil sælges i klubhuset.  Pris 25 og 35 kr.  Ingen kontantbetaling for øl/vand/slanger kun mobilepay.  God stil 6. marts 2024  Garmin kursus 7. februar 2024  Hans Henrik Ørsted foredrag i Ravnsborghallen 29.02.2024  Alle aftener er gratis for medlemmer |  |
| **Medlemsaftaler:** |  |  |



* *15 % på cykelreparationer*

