








OPSAMLINGSSTED FOR SAMKØRSEL ER P-PLADSEN VED BAGEREN I HÅNBÆK CENTRET.  
 DER KAN KØBES KAFFE OG BRØD PÅ MOTIONSTURENE FOR KR. 10,-.

STARTTID	SAM- KØRSEL	STARTSTED	TURLEDER	BEMÆRKNINGER
Lørdag 2. oktober Kl. 10.30.  	8.45	<b>Heldagstur med madpakke.</b> Turen er en ført vandring på 13 km, med pauser undervejs. Der er start fra Hotel Højgården, Slettestrandvej 50, 9690 Fjerritslev. Torben Hyldig er turleder. Efter turen er der mulighed for køb af kaffe og kage på hotellet. Pris kr. 75,-. Tilmelding og betaling for kaffe og kage senest tirsdag den 28. september til Torben Hyldig. Gerne på SMS eller MobilePay nr. 30 62 02 95. Tilføj kommentar: Dit navn. Man kan også tilmelde sig på en af vore ture og betale kontant.		
Lørdag 9. oktober Kl. 13.00	Ingen	P-pladsen ved Bangsbo Museum.	Erik Christophersen	Motionstur
Fredag 15. oktober Kl. 18.00  		<b>Tapas aften.</b> Der er ingen vandretur inden arrangementet. Vi mødes i Ungdomsborgen kl. 18.00 på Møllehus Allé 59, til Tapas og øl, vin eller vand. Samlet pris for mad og drikke er kr. 100,-. Tilmelding og betaling til Jytte Dannesboe senest fredag den 8. oktober. <b>Brug tilmeldingsblanketten, som er udsendt sammen med dette program.</b>		
Lørdag 16. oktober		Ingen motionstur.		
Lørdag 23. oktober Kl. 13.00	12.30	Karup Kirke, Kildalvej 5, 9300 Sæby.	Betty og Tove	Motionstur
Lørdag 30. oktober Kl. 13.00	Ingen	Pladsen foran Frederikshavn Rådhus. Turen er 10 km ruten, som vi går til Quindemarchen. Denne lørdag er det også for mænd.	Birgit Madsen	Motionstur
Lørdag 6. november Kl. 13.00	12.30	P-pladsen ved Sæbygård Slot, Sæbygårdvej 49, 9300 Sæby.	Eva Thygesen	Motionstur
Lørdag 13. november Kl. 13.00	12.30	Tolne Station, Kirkevej 293, 9870 Sindal.	Gunnar Jørgensen	Motionstur

Lørdag 20. november Kl. 13.00	12.15	P-pladsen ved Rostelvej. Kør ad Skagensvej og drej fra på Råbjergvej. Kør til 1. P-plads på højre hånd efter jernbaneoverskæringen.	Knud Erik Overby	Motionstur
Lørdag 27. november Kl. 13.00	12.30	Volstrup gl. Skole Ålborgvej 132, 9300 Sæby.	Finn Rasmussen	Motionstur
Lørdag 4. december	Ingen motionstur. Tag med på Julemærkemarchen søndag.			
Søndag 5. december Kl. 10.00 – 11.00 	<b>Julemærkemarchen.</b> Bangsbo Frejas klubhus, Vrangbækvej 115, Frederikshavn. Vi stiller hold. Tilmelding og betaling til Poul Budde Olesen senest tirsdag den 9. november. <b>Brug tilmeldingsblanketten, som er udsendt sammen med dette program.</b>			
Tirsdag 7. december Kl. 10.00	Ingen	Start fra P-pladsen ved Bangsbo Museum. Vi slutter af i Ungdomsborgen med pølser og en øl eller vand. Pris kr. 25,-.	Pølsetur. Den sidste tirsdagstur i år.	
Lørdag 11. december Kl. 11.38 	<b>Gløgg og æbleskivetur til Skagen.</b> Vi mødes på Frederikshavn banegård og tager toget til Skagen kl. 11.38. Ved ankomst til Skagen Station kl. 12.15 står Skagenspigerne parat til at tage os med på en lille tur rundt i området. Vi slutter på Folden hotel, med gløgg og æbleskiver. Herefter er der frit slag for hvornår man tager hjem. Der kører tog fra Skagen Station kl. 14.42, kl. 15.42, kl. 16.42 osv. Man køber selv billet til togturen. Foreningen giver tilskud, så gløgg og æbleskiver koster kun kr. 25,- som betales til Inger Larsen senest tirsdag den 7. december. Enten kontant på en af vore ture, eller på MobilePay nr. 23 60 61 83. Tilføj kommentar: Navn og "Skagenstur".			
Søndag 26. december Kl. 9.00 – 11.00 2. juledag 	<b>Julemotionstur.</b> Bestyrelsen besluttede i slutningen af 2020, at Fodslaw Frederikshavn indtil videre ikke vil afholde Julemotionstur. Årsagen er, at det er svært at finde hjælpere nok til dette arrangement. Tag i stedet med på Fodslaw Hjørnings flotte tur fra Tolne Efterskole, Dvergetvej 95, 9870 Sindal. Der er 2 afmærkede ruter på 5 og 10 km. Ønsker man en erindring, kan man købe årets diplom eller medalje. Her er der et motiv fra et af H.C. Andersens eventyr. I år er det "Elverhøj".			

## Glædelig jul og godt nytår.

Bestyrelsen ønsker alle vore medlemmer en rigtig glædelig jul og et godt nyt vandreår i 2022.

