

[Odsherred Løberne](#)

[Nyhedsbrev](#)

[August 2022](#)

Indhold

- **Sæson opstart 8. august 2022 + gratis løbe T-shirt**
- **Farvel til Lis Hansen og Annette Frendrup**
- **Nordstrandsfestival**
- **Strandpicnic 15. august 2022**
- **Kullen tur 3. september 2022**
- **Frivillige til Odsherred Staffetten + flere hold**

Sæson opstart

Sommeren har fortsat godt tag i rigtigt mange af os og selvom det er dejligt at ligge på stranden er det nu tid til at komme godt igang med den nye sæson. (Hvis altså du ikke allerede har været igang længe....)

Vi starter årets efterårssæson den kommende mandag 8. august kl. 17:15 fra

Telegrafvejen.

Samtidigt gentager vi successen fra foråret med cirkel træning før løb. For dem af jer som gerne vil "varme" op med denne form for træning under kyndig vejledning af Mette, skal i møde op kl. 16:30 lige ved siden af Ishuset, Telegrafvejen. Her vil Mette sikre, at i kommer hele vejen rundt i alle de muskler i ikke viste I havde.

Kom frisk og få samtidigt muligheden for at få nogle **gratis trænings T-shirt** som vi har i overskud fra Bonjour le Tour løbet.

Farvel til Lis Hansen og Annette Frendrup

I den forgangne periode har vi desværre måtte sige et sidste farvel til Annette Frendrup og Lis Hansen.

Annette tabte desværre kampen til kræft efter længere tids hård kamp. Annette var med fra starten af løbeklubbens start og vil naturligvis blive savnet af alle dem som stod hende nært. Lis døde pludseligt og uden varsel. Og som Annette var Lis medlem af klubben næsten fra starten og vil ligeledes blive savnet af alle dem som stod hende nært.

Æret være begges minde -

Nordstrandsfestival

Nordstrandsfestivalen blev igen afholdt i år med frivillige fra klubben. Desværre var vejret ikke helt på festivalens side men det forlyder fra pålidelig kilde, at der specielt om lørdagen var stort rykind af glade sommergæster som kunne nyde nogle gode koncerter og arrangementer.

Tak til alle de frivillige som hjalp til og sikrede klubben et bidrag til klubkassen.

Strandpicnic 15. august 2022

Kig forbi hjemmesiden og tilmeld dig til årets strand picnic hvor vi kan få lejlighed til at nyde en sommeraften sammen efter løb. Klik her for tilmelding [Strand Picnic – ODSHERRED LØBERNE](#) (odsherredloerberne.dk)

Kullen tur 3. september 2022

I lighed med forårets store succes med fællestur til TV2Øst løbet i Nykøbing Falster arrangeres en fællestur til Kullen hvor der vil blive lejlighed til enten at gå eller løbe en fantastisk tur i helt unikke omgivelser. Tag gerne din nabo, partner eller ven med så turen

kan deles med ligesindede. Klik her for tilmelding [Fælles bustur til Kullen – ODSHERRED LØBERNE \(odsherredloberne.dk\)](http://odsherredloberne.dk)

Frivillige til Odsherred Staffetten + flere hold

Igen i år afholder klubben i fællesskab med Asnæs Løbeklub Odsherred Staffetten. Vi har i den forbindelse brug for frivillige til at stille bane og målområde op og hjælpe til med at afvikle løbet i god ro og orden. Efter løbet skal der ryddes op hvorefter du som frivillig ier inviteret til den traditionsrige sejrsmiddag efterfølgende.

Du må meget gerne hjælpe til med at få flere hold til at tilmelde sig løbet så spred gerne budskabet på din arbejdsplads - Husk "Bevæg dig for livet" gælder også dine kolleger - Klik her for at tilmelde dig som frivillig [ODSHERRED STAFETTEN – ODSHERRED LØBERNE \(odsherredloberne.dk\)](http://odsherredloberne.dk)

Med gang- og løbehilsen
Henrik Beckwith
+45 2536 0754