

Indhold

- **Sandflugtsløbet 2022**
- **Odsherredstafetten 2022**
- **"The Last Christmas" – Mulighed for fællestur**
- **"Lær for livet" mentorer**
- **Kultursti åbning 19.11**
- **Julemærkemarch 4.12 (sidste frist for tilmelding i dag!!)**
- **Juleafslutning 19.12 med Gløgg og æbleskiver**
- **Klubaften med Claus Hechmann**
- **Royal Run 2023 træningsforløb**
- **La Santa Sport 2023**

Sandflugtsløbet 2022

Igen i år afviklede vi et løb som bød på glade løbere, nye rekorder, et fantastisk hjælper korps og godt fællesskab. Der var tilmeldt lige knapt 700 deltagere og som alle forrige år var der lidt mere end 10% som ikke mødte op. (Det er ikke specielt for SFL, sådan er den generelle tendens)

I år var der deltagere fra USA, UK, Sverige, Australien, Holland, Spanien og Norge så vi er i sandhed et internationalt løb.

Som resultat af alles anstrengelser tilgår der ca. DKK 100ts. til klubbens kasse til gavn for vores fællesskab.

Odsherredstafetten

Op til ODS måtte vi kæmpe hårdt for, at løbet fik tilstrækkeligt med opbakning til, at det kunne afvikles og heldigvis for det. Det kniber dog med opbakning primært fra de lokale virksomheder rund i kommunen så hvis det ikke var for Odsherred Kommune, Klintsøgaard- og Næsholm Efterskoler ville det havde set svært ud, at kunne afvikle et løb med overskud. Resultatet blev et pænt overskud på DKK 98ts. hvoraf OL modtager DKK 51ts. Så igen tak til hjælperkorpset for at bidrage til, at vi som klub kan medvirke til at holde Odsherred i gang med en sund livsstil og samtidigt sikre klubben et solidt tilskud.

"The Last Christmas" – Mulighed for fællestur og "Lær for livet" mentorer

Odsherred Teater afholder igen i år julearrangement hvor vi som klub har mulighed for at deltage som gruppe. Klubben reserverer 15 billetter til torsdag 1. december kl. 19:30 som kan bookes via hjemmesiden; DKK 155.-/stk.

"Lær for Livet" søger frivillige mentorer til 13 anbragte og udsatte børn i kommunen. Har du mod på at hjælpe eller kender en som kan, skal der rettes henvendelse direkte til "Lær for Livet"; Dorte Lykke Christiansen, 6148 6823 eller på mail dlc@laerforlivet.dk

Kultursti åbning 19.11

På lørdag kl. 10:30 (løberne sendes afsted kl. 11:00 fra Skydeklubben) åbnes den første Kultursti med en længde på 5.8 km ifb. med Landliggerdagen. Der vil på dagen være rigtig mange aktiviteter i og omkring Nykøbing Sjælland.

Kom og løb eller gå med når starten går!

Læs mere her om alle aktiviteter på dagen <https://www.visitodsherred.dk/landliggerweekend/kulturstien>

Julemærkemarch 4.12 (sidste frist for tilmelding i dag!!)

Tilmelding ligger på hjemmesiden. 5- og 10 km. Rute. Primært et socialt arrangement hvor gængerne er i "centrum". Beløber går til et godt formål - (DKK 35.-). Pt. 17 tilmeldte men der er plads til flere ☺

Juleafslutning 19.12 med Gløgg og æbleskiver

Igen i år vil der ifb. med sidste mandag inden jul blive serveret lidt godt, så vi kan ønske hinanden en god jul inden vi går eller løber på juelferie. Sæt allerede nu kryds i kalenderne så du efter vores traditionsrige jule løb (med huer) kan nyde nogle varme æbleskiver og måske et glas Gløgg eller to.

Klubaften med Claus Hechmann

Vi arbejder på en klubaften i starten af året med Claus Hechmann, som nogle måske kender som den der bl.a. taler for "langt og langsomt", når der skal trænes op til de lange distancer. Han er også landstræner for Danmarks eliteløbere men kan sagtens inspirere os amatører.

Royal Run 2023 træningsforløb

I 2023 afvikles Royal Run 29. maj og vi arbejder i den forbindelse på, at starte et træningsforløb op på 11 uger med start 20. marts 2023 - Mere info vil tilgå i det nye år.

La Santa Sport fællestur 2023

Der arbejdes på en fællestur til La Santa Sport enten sammen med Kalundborg Løbeklub eller OL alene såfremt vi kan samle tilstrækkeligt med deltagere til en tur i uge 41, 2023. Såfremt vi eksempelvis kan stille med 10-15 deltagere, kunne vi kobles på Kalundborg Løberne. Mere info i den kommende tid.

På Odherred Løbernes vegne -

Med gang- og løbehilsen
Henrik Beckwith
+45 2536 0754