

Indhold

- **Ny sæsonopstart 2024**
- **Bestyrelsens konstituering**
- **Fællestræning og spisning 6. maj 2024**
- **Rabat til TV2Øst løbet 2024**
- **Rabat til Sejerørundten 2024**
- **Sponsorer og medlemsfordele**
 - **Kaiser Sport KSO Huset**
 - **OK**
 - **Flügger farver**

Ny sæsonopstart 2024

Så er vi i gang igen, 8. april 2024 var der stor tilstrømning til løbsopstart i Sejlklubben på havnen, godt 80 løbere og gængere var mødt op for at skyde sæsonen i gang, der skal lyde et stort velkommen til nye som gamle, vi håber i får en fantastisk sæson i Odsherred Løberne.

Bestyrelsens konstituering

Klubben afholdt generalforsamling 14. marts 2024 i Sejlklubben med stort fremmøde, referat fra generalforsamlingen kommer i næste nyhedsbrev.

Efter generalforsamlingen afholdt den valgte bestyrelse et kort konstitueringsmøde, hvor bestyrelsen konstituerede sig som følger:

- | | |
|---------------------|-----------------------------|
| • Formand | Michael Aagaard Jensen |
| • Næstformand | Henrik Bechwith |
| • Kasserer | Janie Rishøj Ehrnberg Fravn |
| • Bestyrelsesmedlem | Henrik Kjær |
| • Bestyrelsesmedlem | Christian Svendsen |
| • Suppleant | Svend Erik Molbech |
| • Suppleant | Hanne Geppel |

Der skal lyde en stor tak til afgangende bestyrelsesmedlem Finn Guldbrandsen og suppleant Sabrina Pape og Stig Nielsen for deres indsats.

Det samme gælder Henrik Beckwith der har varetaget formandsposten de sidste 2 år.

Fællestræning og spisning 6. maj 2024

Vi havde sidste år succes men en fælles træning, så det gentager vi igen den 6. maj 2024 kl. 17:15 til mandagstræningen, hvor programmet er som følger:

- 5 min. Fælles Opvarmning
- 15 min. Gang el. Løb op i Sundhedsparken
- 15 min. Teknik-træning i gang/løb ved 6. gange Eremitageløbs vinder Dennis Jensen
- 15 min. Styrketræning ved Formand Michael
- 15 min. Yoga med udstræk ved Yogainstruktør og Hold 1 træner Lotte
- 15 min. Gang el. Løb tilbage til klubhuset
-

Kl. ca. 19:00 Fællesspisning – Lette Vegetarretter m Øl/Vand/The/Kaffe ved Janne og Janie

Kl. ca. 20:00 vil Claus fra Hold 2 fortælle lidt om Gambia i Afrika Claus er medejer af et hotel i Gambia, og vi har mulighed for at komme på en rejse derned til efteråret. Påhæng er selvfølgelig velkommen på rejsen, og til at høre med her.

Dette er bare ment som en appetitvækker, og senere vil der komme et mere detaljeret møde med praktiske oplysninger og diverse udflugter mm. for dem der kunne tænke sig, at komme med på en spændende rejse til Afrika.

Fri entré til klubaftenen, og ingen tilmelding man møder bare op

Rabat på TV2Øst løbet 5. maj 2024

TV2Øst løbet afholdes igen i år i Holbæk, og vi vil gerne fra Odsherred Løbernes sides opfordrer medlemmer til at deltage.

Vi har derfor besluttet at give 50 i rabat på deltagergebyret til løbet.

Tilmelding foregår på [Sportstiming - TV2 ØST Løbet 2024](#)

Sidste frist for tilmelding er 21. april 2024, hvis i skal være sikre på at få en TV2Øst løbet T-shirt.

Brug rabatkoden OdsherredLøb

Koden bedes behandlet fortroligt og ikke delt offentligt.

Vi opfordrer til at i tilmelder jer for Odsherred Løberne og bærer klubtøj under løbet

I kan læse mere om løbet på <https://www.tv2east.dk/tv2-oest-loebet>

Rabat på Sejerørunden 29. juni 2024

Sejerø Runden er på igen, vi har tidligere haft nogle gode ture til Sejerø, og vi vil gerne fra Odsherred Løbernes sides opfordrer medlemmer til at deltage.

Vi har derfor besluttet at give 50 i rabat på deltagergebyret til løbet.

Tilmelding foregår på [Sportstiming - Sejerø Runden](#)

Brug rabatkoden OdsherredLøberne

Koden bedes behandlet fortroligt og ikke delt offentligt.

Vi opfordrer til at i tilmelder jer for Odsherred Løberne og bærer klubtøj under løbet

I kan læse mere om løbet på [Sejerø Runden | Det årlige løbearrangement på Sejerø \(sejerorunden.dk\)](#)

Sponsorer og medlemsfordele

Kaiser Sport

Odsherred Løberne har forlænget aftalen med Kaiser Sport KSO Huset i Holbæk.

Dette betyder at du som medlem får 20% rabat på alle varekøb med enkelte undtagelser i både KSO huset og på deres webshop.

Ved køb i KSO Huset oplyser i at i kommer fra Odsherred Løberne og jeres navn, KSO huset har en liste over aktive medlemmer, derved får i rabatten på 20%.

Hvis i handler på hjemmesiden skal i bruge rabatkoden "Anneberg20".

Husk at behandle denne info og rabatkode fortroligt, og ikke dele den med ikke medlemmer.

OK

Vi har indgået aftale med OK og Flügger farver på Vangen 2 i Nykøbing.

Vi har indgået en sponsoraftale med OK, så du kan støtte Odsherred Løberne, hver gang du tanket. Og vigtigst af alt, det koster dig ikke ekstra at støtte klubben – OK betaler hele beløbet.

Du støtter vores klub med 5 øre/liter – uanset om du bestiller et OK Benzinkort eller betaler med dit Dankort i OK's Tank & betal-app. Når du har tanket 500 liter, får klubben en ekstra bonus på 200 kr.

Bestil et OK Benzinkort på www.ok.dk/lokalsporten. Hvis du vælger at tanke med OK-appen, så finder du den i App Store eller Google Play.

Har du allerede et OK Benzinkort? Så ring til OK på 70 10 20 33 og fortæl dem, at du gerne vil støtte Odsherred Løberne nu. Og så sørger de for at ændre det.

Ekstra støtte til din klub med OK Mobil og OK El

Har du et OK Benzinkort kan du fordoble støtten til din klub. Vælg en af OK's Mobil-pakker, så støtter du klubben med ekstra 5 øre pr. liter, du tanket. Du kan se alle OK's mobilpakker på www.ok.dk/mobil

Du kan også fordoble støtten, hvis du vælger at få el fra OK. Så støtter du med 5 øre ekstra pr. liter, hver gang du tanket. Det er nemt og hurtigt at skifte elselskab. Bare ring til OK på 70 10 22 33, så sørger de for det hele.

Vil du vide mere eller har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte Michael Aagaard Jensen på 24611910 eller info@odsherredloberne.dk.

Flügger aftale

Støt din forening når du handler i Flügger farver

Når du har gang i malerprojekterne hjemme, kan du som klubmedlem spare 20% på Flügger maling, tapet og værktøj samtidig med, at du støtter Odsherred Løberne.

Besøg din Flügger farver butik på Vangen 2, 4500 Nykøbing Sj. fortæl at du er medlem af Odsherred Løberne (Kontonummer 534138) inden du betaler, i betaler kontant eller på anden måde, der er ikke noget klubben skal ind over.

Så får du 20% rabat og Odsherred Løberne får 5% af købsbeløbet i støtte.

I Flügger finder i et bredt sortiment af maling, spartel, tapeter og malerværktøj i høj kvalitet

På Odsherred Løbernes vegne –

Michael