

01.02.21

# AKTIVITETER i Aktiv Korup forår 2021 (ændringer kan forekomme)

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORS DAG	SÆRLIGE ARRANGEMENTER
<p><b><u>Læsegruppe 1</u></b> Kl.9.00-11.00 Starter 04.01.21 Derefter 1. mandag i hver måned Sted: HUSET Tilm. til Hanne Præst</p> <p><b><u>Læsegruppe 2</u></b> Kl. 09.00-11.00 Starter: 18.01.21 Derefter 3. mandag i hver måned Sted: HUSET Tilm. til Kirsten Wandall</p> <p><b><u>Læsegruppe 3</u></b> Kl. 19.00-21.00 Starter: 04.01.21 Derefter 1. mandag i hver måned Sted: HUSET Tovholder Marianne Egdal, Tilmelding til helbe@mail.tele.dk</p> <p><b><u>Male og tegne</u></b> Kl. 14.00 -17.00 Starter: 04.01.21 Derefter alle ulige uger Sted: HUSET. Tilm. til Yonna Tornehave</p> <p><b><u>Patchwork-Cafe</u></b> kl. 13.30 -16.30 Starter: 11.01.21 Derefter i lige uger. Sted: HUSET Tilm. til Else Madsen.</p>	<p><b><u>Strikke-Hækle-Café</u></b> Kl. 18.30-21.30 Starter: 12.01.21 Derefter i lige uger Sted: HUSET Tilmelding til Kirsten Dyreborg</p> <p><b><u>Tirsdagscyklerne</u></b> Kl. 10.00 - ca. 11.30 Start: 06.04.21 Pause i Juli Der cykles ca. 20 km i moderat tempo, Mødested: KKIC</p> <p><b><u>Qi Gong</u></b> Kl. 10.40-11.40 Starter 05.01.21 Tilm. ikke nødv. Sted: KKIC's bev.rum Kr. 10,- for medl. og kr. 20,- for ikke-medl.</p> <p><b><u>Vi går til ost</u></b> Starter : 05.01.21 fra 16.00-ca. 20.00 i skolekøkkenet. Derefter i ulige uger Tilm. til Bent Hartwig</p>	<p><b><u>Læsegruppe 4</u></b> Kl.10.00-12.00 Starter 06.01.21 Derefter første onsdag i Hver måned Sted: HUSET Tilm. til Jane Gregersen</p> <p><b><u>Vandreture</u></b> Kl. 9.30 ca. 11.30 Vi mødes og går en god travetur Starter: 10.03.21 Derefter i alle lige uger Mødested: KKIC's hovedindgang</p> <p><b><u>Racer Cykeltur</u></b> Kl. 9.30 – ? Mødested: KKIC <b>Kun for racercykler.</b> I vintersæsonen køres der på Mountainbike</p> <p><b><u>Håndarbejds -cafe</u></b> Kl. 13.30 -17.00 Starter: 13.01.21 Derefter onsdage i lige uger. Sted: HUSET. Tilm. til Tina A. Jensen</p> <p><b><u>SKAK</u></b> Kl. 19.00 -ca. 22.00 Start 13.01.21 Sted HUSET Tilm. til Alf Lambertsen</p>	<p><b><u>Pedalerne</u></b> Kl. 09.30 – ? Starter: 07.01.21 Mødested: KKIC Der cykles 30-40 km i et godt tempo med skiftende turledere. Den sidste torsdag i md. er turen ca. 60 km. (der cykles hele året – dog ikke ved sne og is)</p> <p><b><u>Strikke-hækle-forum</u></b> Kl.14.00 -17.00 Starter: 14.01.21 Derefter torsdage i lige uger Sted HUSET Tilm. til Tina A. Jensen</p> <p><b><u>Bogbyttecafe</u></b> kl. 16.00-17.00. 21.01.21 og 18.03.21 Sted: HUSET. Gratis for medl – ikke medl. kr. 20,-</p>	<p><b><u>Aktiviteter vi håber kan gennemføres i 2021:</u></b></p> <p><b><u>Generalforsamling:</u></b> Mandag den 15.03.21 kl. 19.00 i HUSET. (afhænger af coronasituationen)</p> <p><b><u>Ladywalk:</u></b> Mandag den 31.05.21</p> <p><b><u>Mathias Hammer</u></b></p> <p><b><u>Smykkefremstilling</u></b></p> <p><b><u>Pigeaften hos Marianne i Tarupcentret</u></b></p> <p><b><u>Æskefoldning</u></b></p> <p><b><u>Kursus/workshop i kreativ glaskunst (efteråret)</u></b></p> <p><b><u>Pileflet</u></b></p> <p><b><u>Sangaften</u></b></p> <p><b><u>Strikke-Event</u></b></p> <p><b><u>Vi laver fiskeretter med "Fiskedamen"</u></b></p> <p>Når vi ved, hvad der kan gennemføres, udsender vi mail til vores medlemmer, ligesom vi opdaterer vores facebookside og vores link på <a href="http://WWW.KORUPPORTALEN.DK">WWW.KORUPPORTALEN.DK</a>. Endvidere bliver det omtalt i Lokalavisen Nordvest og i Fyens Stiftstidende.</p>

Sport og Fitness og Aktiv Korup har indgået en aftale om priser på træning, og det gælder fitness i både Korup og Ubberud. Aftalen kan ses på linket [AKTIV KORUP](#) foroven på [www.Korupportalen.dk](http://www.Korupportalen.dk) BEMÆRK: Jo flere vi er fra Aktiv Korup og KIF – des billigere bliver det. Husk at oplyse om medlemskab.

---

### **SÆRLIGE ARRANGEMENTER:**

**Generalforsamling:** Mandag 15.03.21 kl. 19.00 i Huset. (afhænger af coronasituationen)

**Mathias Hammer:**

**LADYWALK:** Mandag 31.05.21

**Kursus i smykkefremstilling:** Dato kommer senere, når det kan gennemføres. Kom og lav din egen halskæde eller armbånd. Medbring gerne dine egne materialer og evt. halskæder, der trænger til et nyt look. Jeg vil medbringe forskellige materialer, sten og mellempuler, wire og værktøj mm. Der vil være udgifter til materialer, men egne materialer må gerne medbringes. Pris kr. 25,- for medlemmer, kr. 50,- for ikke medlemmer inkl. kaffe og kage. Tilmelding til underviser Ingelise Holmsted, [ingelise@holmsted.net](mailto:ingelise@holmsted.net). Bindende tilmelding – betaling på dagen.

**Pigeaften hos Marianne i Tarupcentret:** Dato kommer senere, når det kan gennemføres. Få en hyggelig aften og prøv efterårets nye tøj. Der vil blive givet lidt rabat på køb i butikken denne aften. Bindende tilm. til Bitten på [sigvardt@kalnet.dk](mailto:sigvardt@kalnet.dk) Kun for medl. og det er gratis.

**Kursus i æskefoldning:** Dato kommer senere, når det kan gennemføres. Lær at folde dine egne gaveæsker. På dette kursus anvendes fotoplakater, som instruktøren medbringer. Her kan alle være med. Tilmelding til Ingelise Holmsted, [ingelise@holmsted.net](mailto:ingelise@holmsted.net) , Pris kr. 25,- for medlemmer, kr. 50,- for ikke medlemmer inkl. kaffe og kage. Bindende tilmelding – betaling på dagen.

**Kursus/workshop i kreativ glaskunst:** Dato kommer senere, når det kan gennemføres. På glaskurset lærer du om glassets mange muligheder inden for glasslumping og glasfusing. Du lærer også at skære i glas, farve og formgive det. Når du arbejder med glasset, vil du blive fortrolig med materialet og opdage de mange muligheder, der ligger i denne kunstart. I bliver introduceret for de grundlæggende teknikker i arbejdet med glasset som skæring og klipning i glas, og der tales om de mange spændende dekorationsmuligheder med farvepulver, frit, milliflora, micrapulver, spansk glas, stringer, buede stringer, konfetti, glasliner. Så bliver der øvet i at skære i glasset og derefter kan du frit lade fantasien spille i værkstedet og fremstille fade, figurer, glasbilleder, eller hvad du selv finder på. Der findes masser af inspiration i værkstedet. Når din kreativitet har båret frugt i et stykke glaskunst, bliver det brændt i glasovnen på stedet, og så kan det afhentes efter ca. 1 uge. Pris kr. 350,-. Ønsker du kun at deltage i workshop koster det kr. 75,- pr. gang. (KUN Workshop – ikke kursus). Tilmelding til kursus eller workshop til [hanneeriksen77@gmail.com](mailto:hanneeriksen77@gmail.com). Betaling på stedet. Underviser er Hanne Eriksen, og det er på Højbjergvej 96, 5200 Odense V, tlf: 6594 3800, m: 2877 9438.

**Pileflet:** Dato kommer senere, når det kan gennemføres. Fru Pileflet tager ikke hold mere, så vi er ved at aftale med en anden underviser. Nærmere følger. Ring evt. til Annette og hør nærmere 2985 1165. Bindende tilmelding til Annette Møller, [acmoller@kalnet.dk](mailto:acmoller@kalnet.dk). Tilmelding er registreret efter indbetaling til kt. nr. 0828-0003551539, mrk. **pil**.

FASTE AKTIVITETER	Kontaktpersoner
<p><b>Læsegrupper:</b> Der er nu 4 læsegrupper, og vi mødes 1 gang om måneden. Odense kommunes biblioteker har læsetasker med 10 eksemplarer, titler valgt af bibliotekarer, som vi bestiller.</p> <p>Den læste bog, som ofte er en bog, vi aldrig selv havde valgt, bliver grundigt debatteret. Det er spændende og givende at få vendt det oplevede med andre.</p>	<p>Hanne Præst, tlf. 2856 5872  <a href="mailto:hanne.l.p@outlook.dk">hanne.l.p@outlook.dk</a> og Kirsten på  <a href="mailto:kafw@mail.dk">kafw@mail.dk</a> tlf. 2125 2813  Marianne Egdal,  <a href="mailto:hanne.marianne@gmail.com">hanne.marianne@gmail.com</a>  Jane Gregersen, tlf: 2257 1491  <a href="mailto:zaikofreja@gmail.com">zaikofreja@gmail.com</a></p>
<p><b>Strikke-Hækle-Cafe:</b> Et kreativt frirum for de håndarbejdende, hvor vi også kan udveksle erfaringer, dele nye ideer og få inspiration hos hinanden. Både nybegyndere og erfarne er meget velkomne.</p>	<p>Kirsten Dyreborg, Tlf. 2629 3653,  <a href="mailto:dyreborg63@hotmail.com">dyreborg63@hotmail.com</a></p>
<p><b>Håndarbejds-cafe:</b> På dette hold er alt håndarbejde tilladt. Vi hygger og inspirerer hinanden med forskellige ting: Origami, strik, hækle, Quilling, flet med diverse materialer. Det kan f. eks. være kaffeposer, gavepapir, blade der trylles om til tasker, skåle, lysestager. Quilling er en teknik med papirstrimler, hvor vi fremstiller smukke figurer, stjerner, sommerfugle, blomster. Evt. Laves der kort med figurer på. Der kan gives hjælp til strik og hækle. Kom og få nogle hyggelige timer. Tilmelding nødvendig.</p>	<p>Tina Amstrup, tlf: 2888 6499  <a href="mailto:a.t.amstrup@gmail.com">a.t.amstrup@gmail.com</a></p>
<p><b>Patchwork-Cafe:</b> Her mødes glade patchwork-piger med deres arbejde – småt som stort – og bliver inspireret af hinanden. Her kan vi få hjælp, hvis der er en teknik eller en farvesammensætning, som ”driller”. Både nye og erfarne er velkomne. Tilmelding nødvendig.</p>	<p>Else Madsen, tlf. 4142 8366  <a href="mailto:elseberingmadsen@gmail.com">elseberingmadsen@gmail.com</a>  <a href="mailto:sigvardt@kalnet.dk">sigvardt@kalnet.dk</a></p>
<p><b>Vi går til ost:</b> Vi mødes hveranden tirsdag kl. 16.00 for at fremstille vore egne oste. I begyndelsen arbejder vi med bløde oste, som feta, blåskimmel og camembert. Senere går vi i gang med hårde oste, som Gauda, Maribo m.v.</p> <p>Max være 10 deltagere.</p>	<p>Bent Hartwig,  <a href="mailto:hartwigbent@gmail.com">hartwigbent@gmail.com</a>  tlf: 2212 4445</p>
<p><b>Pedalerne:</b> Der cykles 30-40 km i et godt tempo med skiftende turledere.</p> <p>Den sidste torsdag i md. er turen på ca. 60 km.</p> <p><b>Tirsdagsholdet.</b> Der køres i et moderat tempo, hvor alle kan være med. Der vil være skiftende turledere.</p> <p><b>Cykling for racercykler</b> er for alle med en racercykel, og der cykles efter princippet ”alle skal med hjem”. Vi starter ud med ca. 50 km, og så må vi se, hvor gode vi bliver. Om vinteren cykler vi på <b>MTB</b></p>	<p>Pedalerne: Claus Møller,  <a href="mailto:acmoller@kalnet.dk">acmoller@kalnet.dk</a>  Tlf. 4027 6580  Karen Skov, <a href="mailto:karenskov@kalnet.dk">karenskov@kalnet.dk</a>  Tlf. 6133 9354  Tirsdagscyklerne: Tommy Larsen,  Tlf. 4267 6684  <a href="mailto:Tl150650@gmail.com">Tl150650@gmail.com</a>  Racer: Leif Sigvardt,  <a href="mailto:sigvardt@kalnet.dk">sigvardt@kalnet.dk</a>, tlf: 2145 7114</p>

<p><b>Skak:</b> Nu kan du komme til at spille SKAK i Aktiv Korup.</p> <p>Alle er velkomne, både øvede og uøvede. Hvis du ikke allerede kan spille skak, får du en introduktion i dette spændende strategispil. SKAK er god hjernegymnastik, og der er mulighed for at få nye sociale relationer.</p>	<p>Alf Lambertsen, E-mail: <a href="mailto:bente_floriane@yahoo.dk">bente_floriane@yahoo.dk</a>, evt. tlf: 4410 2390.</p>
<p><b>Vandretur:</b> Der udpeges en turleder ud fra en liste over turledere. Interesserede bedes melde sig. På vandreture uden turleder, beslutter de fremmødte selv, hvilken rute de vil gennemføre.</p>	<p>Kamma Jørgensen Tlf. 6594 3204/4092 8755 <a href="mailto:kammamanley@gmail.com">kammamanley@gmail.com</a></p>
<p><b>Strikke- og hækleforum:</b> Der er et hold for strikke- og hækleinteresserede. Det vil være et forum, hvor det sociale vægtes højt samtidig med, at vi hjælper og inspirerer hinanden med vores forskellige teknikker. Både nye og øvede er velkomne.</p>	<p>Tina Amstrup Tlf: 2888 6499 <a href="mailto:a.t.amstrup@gmail.com">a.t.amstrup@gmail.com</a></p>
<p><b>Male og tegne:</b> Kom og lær noget om farver, komposition og teknik. Du kan male med akryl, akvarel eller blot tegne helt, som du har lyst til. Erfaring for at male er ikke en forudsætning for at deltage. Det er lysten, der driver værket. <b>Medbring:</b> staffeli, evt. bordstaffeli, lærred, akryl, akvarelfarver, pensler og evt. tegnepapir og blyant. <b>Husk</b> også at medbringe det gode humør. <b>Tilmelding nødvendig.</b></p>	<p>Yonna Tornehave <a href="mailto:ytornehave@kalnet.dk">ytornehave@kalnet.dk</a> tlf. 2684 4323</p>
<p><b>Bogbytte:</b> Fortjener dine bøger nyt liv?: Vi har vel alle en stak nyere, gode bøger i fin stand, som vi allerede har læst og stående på reolerne derhjemme. Vi mødes og udveksler, så vi får nogle nye spændende bøger med hjem. Kom med de bøger, du vil bringe i cirkulation. Vi lægger dem frem på bordet, så alle kan bladre, kigge i dem og finde nogle spændende bøger til at tage med hjem. Der kan også byttes DVD-er. Vi hygger os med en god snak om bøger.</p>	<p>Hanne Præst, tlf; 2856 5872 <a href="mailto:Hanne.l.p@outlook.dk">Hanne.l.p@outlook.dk</a>  Bente Petersen, tlf: 6115 1652 <a href="mailto:helbe@mail.tele.dk">helbe@mail.tele.dk</a></p>
<p><b>Qi Gong</b> er en yoga form som stammer tilbage fra den kinesiske oldtid og som arbejder i både krop og sind. Qi Gong kaldes også for "meditation i bevægelse" og kombinerer Mindfulness og helseøvelser. Alle øvelser foregår i stående eller siddende stilling, og kan derfor med fordel laves af alle. Vi fokuserer på at skabe balance og harmoni, forebygge skavanker og optimere fysik og sind. Pris pr. gang 10 kr for medl. af Aktiv Korup - 20 kr. for andre</p>	<p>Marianne Castor <a href="mailto:bambithornvig@msn.com">bambithornvig@msn.com</a></p>

Indmeldelsesblanket til Aktiv Korup på side 5 skal udfyldes og sendes.

# INDMELDELSBLANKET TIL AKTIV KORUP

Jeg indmelder mig hermed i Aktiv Korup for sæsonen 2020/21

Fra den 01.09.20 – 31.08.21

Navn: \_\_\_\_\_

Adr.: \_\_\_\_\_

By: \_\_\_\_\_

Fødselsdag- og år: \_\_\_\_\_

Email: \_\_\_\_\_

Tlf./mobil: \_\_\_\_\_

Evt. hold: \_\_\_\_\_

Pris: kr. 100,- som indsættes på konto nr. **0828 0003551539**.

Skriv dit navn på overførslen.

Hvis du ikke kan overføre pengene, skal beløbet sammen med denne seddel

afleveres til ”tovholderen” på holdet, hvor du starter eller til

Bitten Sigvardt, Rådyrløkken 37.

Hvis du kan overføre beløbet, kan du sende tilmelding pr. mail til [sigvardt@kalnet.dk](mailto:sigvardt@kalnet.dk)

Herefter får du et medlemskort.

Dato/underskrift \_\_\_\_\_