

20.12.22

# AKTIVITETER i Aktiv Korup forår 2023 (ændringer kan forekomme)

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	SÆRLIGE ARRANGEMENTER
<p><b>Læsegruppe 1</b> Kl. 9.00-11.00 Starter 09.01.23. Derefter 1. mandag i hver måned Tilm. til Hanne Præst</p> <p><b>Læsegruppe 2</b> Kl. 09.00-11.00 Starter: 16.01.23. Derefter 3. mandag i hver måned Tilm. til Kirsten Wandall</p> <p><b>Male og tegne</b> Kl. 14.00 -17.00 Starter: 16.01.23. Derefter alle ulige uger Tilm. Yonna Tornehave</p> <p><b>Patchwork</b> Kl. 13.30 -16.30 Starter: 09.01.23 Derefter i lige uger. Tilm. til Else Madsen.</p> <p><b>Frimærker</b> Kl. 19.00-21.00 Starter 16.01.23 Slut: 24.04.23 Derefter i ulige uger Alf Lambertsen, 44102390</p>	<p><b>Strikke-Hækle-Café</b> Kl. 18.00-21.30 Starter: 03.01.23 Derefter i alle uger Sted: HUSET Tilmelding nødvendig til Kirsten Dyreborg</p> <p><b>Tirsdagscyklerne</b> Kl. 10.00 - ca. 11.30 Start: 04.04.23 turpause i juli md.. Der cykles ca. 20 km i moderat tempo, Mødested: KKIC <b>Qi gong</b> Starter: 03.01.23 Kl. 09.30 -10.30 Sted: KKIC's bev.rum 10 kr. for medl. 20 kr. for ikke medlemmer. Leder: Marianne Astor Tilmelding ikke nødvendig <b>Vi går til ost</b> Starter: 10.01.23 Derefter i lige uger. Kl 15.30 til ca. 20.00 Tilmelding til Bent Hartwig Sted: Skolekøkken</p> <p><b>Syning</b> Kl. 14.00-17.00 Starter: 03.01.23. Derefter i ulige uger Sted: HUSET Tilm. Anna-Lise Nielsen 2619 4394</p>	<p><b>Vandreture</b> Kl. 9.30 til ca. 11.30 Vi mødes og går en god travetur Starter: 08.03.23 Slutter:14.06.23 Derefter i alle lige uger Kamma Jørgensen, tlf. 4092 8755. Mødested: KKIC's hovedindgang</p> <p><b>Racer Cykeltur</b> Kl. 9.30 – ? Mødested: KKIC <b>Kun for racercykler.</b> I vintersæsonen køres på Mountainbike</p> <p><b>Læsegruppe 4</b> Kl. 10.00-12.00 Starter 04.01.23 Derefter 1. onsdag i hver måned. Tilm. til Vivi Scheppan. Tlf: 5130 1590</p> <p><b>Håndarbejds -café</b> Kl. 13.30 -17.00 Starter: 11.01.23. Derefter onsdage i lige uger. Sted: HUSET. Tilmelding til Tina E. Amstrup, tlf. 2888 6499</p>	<p><b>Pedalerne</b> Kl. 09.30 – ? Starter: kører hele året Mødested: KKIC Der cykles 30-40 km i et godt tempo med skiftende turledere. Den sidste torsdag i md. er turen ca. 60 km. (de seje cykler hele året – dog ikke ved sne og is)</p> <p><b>Strikke-hækle forum</b> Kl. 14.00-17.00 Starter: 12.01.23 Derefter torsdage i lige uger Sted: HUSET Tilmelding til Tina E. Amstrup tlf. 2888 6499</p> <p><b>Bogbyttecafe</b> kl. 16.00-17.00. Sted: HUSET 02.02.23 30.03.23 Gratis for medl – ikke medl. kr. 20,-</p>	<p><b>Generalforsamling:</b> Mandag den 20.02.23 kl. 19.00- ca 20.30 i HUSET.</p> <p><b>Smykefremstilling:</b> Onsdag 01.03.23 kl. 14.00-17.00. Pris kr. 25,- for medl. og kr. 50,- for ikke medl. inkl. kaffe og kage. Tilm. til <a href="mailto:ingelise@holmsted.net">ingelise@holmsted.net</a>.</p> <p><b>Glaskursus:</b> Torsdage 09.03.23, 16.03.23 og 23.03.23 fra 09.00-12.00 på Højbjergvej 96, 5200 Odense V. Pris kr. 450,- for medl. + materialer. Tilmelding til Hanne Eriksen på <a href="mailto:hanneriksen77@gmail.com">hanneriksen77@gmail.com</a>, tlf: 6594 3800 eller 2877 9438.</p> <p><b>Pileflet:</b> Onsdag 15.03.23 kl. 09.00 til 15.00. Tilmelding til Anette Møller på <a href="mailto:acmoller@kalnet.dk">acmoller@kalnet.dk</a>, Pris for medl. 125,00, ikke medl. kr. 175,- + materialer.</p> <p><b>Pigeaften hos Marianne i Tarup Center</b> Tirsdag den 28.03.23 kl 18.00 til ca 20.30. Få en hyggelig aften og prøv forårets nye tøj. Der vil blive givet lidt rabat på køb i butikken denne aften. Bindende tilm. til Bitten på <a href="mailto:sigvardt1@outlook.dk">sigvardt1@outlook.dk</a> senest 24.03.23. Det er gratis at deltage.</p> <p><b>Æskefoldning:</b> Onsdag 29.03.23. fra kl. 14.00-17.00. Pris kr. 25,- for medl., og kr. 50,- for ikke medl. inkl. kaffe og kage. Tilmelding til <a href="mailto:ingelise@holmsted.net">ingelise@holmsted.net</a></p> <p><b>Ladywalk:</b> Mandag 22.05.23 – mere herom senere.</p> <p><b>Foredrag</b> Røde kors – dato er ikke på plads endnu.</p> <p><b>10 års jubilæum</b> – dato er ikke på plads endnu.</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:**

**Kursus i smykkefremstilling:** Onsdag 01.03.23 kl. 14.00-17.00. 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 mellemperler, 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 senest 24.03.23 – betaling på dagen.

**Kursus i kreativ glaskunst:** Torsdage 09.03.23, 16.03.23 og 23.03.23 fra kl. 09.00-12.00. 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. 450,- plus materialer for medlemmer. Tilmelding til [hanneriksen77@gmail.com](mailto:hanneriksen77@gmail.com). senest 02.03.23. Betaling på stedet. Underviser er Hanne Eriksen, og det er på Højbjergvej 96, 5200 Odense V, tlf: 6594 3800, m: 2877 9438.

**Pileflet:** Onsdag 15.03.23 kl. 09.00 til 15.00 i Huset ved Korup Skole. (Husk madpakke og kaffe). Der er max 9 pladser. Pilefletter Knud Ballesgaard vil lære os at flette små ting som f.eks. juleting, engle, kogler og juletræer, fuglekræmmerhuse til mejsekugler og plantestativer. Er du let øvet, kan du selvfølgelig få hjælp til større ting og lave det færdigt hjemme. Underviseren medbringer pil. Husk penge til materialer. Bindende tilmelding til Annette Møller, [acmoller@kalnet.dk](mailto:acmoller@kalnet.dk) senest 16.02.23. Pris Kr. 125,- for medlemmer og kr. 175,- for ikke medlemmer + materialer. Tilmelding er registreret efter indbetaling til kt. nr. 0828-0003551539. Mærk indbetaling med **Pil**. Ring evt. til Annette og hør nærmere på tlf. 2985 1165.

**Pigeaften hos Marianne i Tarupcentret:** Tirsdag 28.03.23 kl. 18.00-ca. 20.30. Få en hyggelig aften og prøv forårets nye tøj. Der vil blive givet lidt rabat på køb i butikken denne aften. Bindende tilm. til Bitten på [sigvardt1@outlook.dk](mailto:sigvardt1@outlook.dk). Det er gratis.

**Kursus i æskefoldning:** Onsdag 29.03.23 fra kl. 14.00-17.00.. Lær at folde dine egne gaveæsker. På dette kursus anvendes bl.a. fotoplakater, som instruktøren medbringer. Egne materialer kan også medbringes. 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.

FASTE AKTIVITETER	Kontaktpersoner
<p><b>Læsegrupper:</b> Der er nu 3 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 læste 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  Vivi Scheppan, tlf: 5130 1590,  <a href="mailto:scheppansenior@mail.dk">scheppansenior@mail.dk</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. Tilmelding nødvendig.</p>	<p>Kirsten Dyreborg, Tlf. 2629 3653,  <a href="mailto:dyreborg63@hotmail.com">dyreborg63@hotmail.com</a></p>
<p><b>Håndarbejds-cafe:</b> På disse 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. Tilmelding nødvendig. Max 10 deltagere.</p>	<p>Bent Hartwig,  <a href="mailto:hartwigbent@gmail.com">hartwigbent@gmail.com</a>  tlf: 3091 2914</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>Karen Skov, <a href="mailto:karenskov@kalnet.dk">karenskov@kalnet.dk</a>  Tlf. 6133 9354  Tirsdagscyklerne.  Bente Lambertsen, 4410 2580  <a href="mailto:bente_floriane@yahoo.dk">bente_floriane@yahoo.dk</a>  Racer: Leif Sigvardt,  <a href="mailto:sigvardt1@outlook.dk">sigvardt1@outlook.dk</a>, tlf: 2145 7114</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. 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>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. Tilmelding nødvendig.</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>
<p><b>Frimærker:</b> Vi mødes og bytter, og herudover har vi interessante samtaler om frimærkernes historie og oprindelse.</p>	<p>Alf Lambertsen <a href="mailto:Bente_floriane@yahoo.dk">Bente_floriane@yahoo.dk</a> Tlf: 4410 2390</p>
<p><b>Syning:</b> Vi mødes og udveksler erfaringer med nye og gamle metoder i forskellige stoffer.</p>	<p>Anna-Lise Nielsen <a href="mailto:annalisenielsen51@gmail.com">annalisenielsen51@gmail.com</a> Tlf: 2619 4394</p>

# INDMELDELSBLANKET TIL AKTIV KORUP

Jeg indmelder mig hermed i Aktiv Korup for sæsonen 2022/23

Fra den 01.09.22 – 31.08.23

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

Bente Petersen, Lærkevej 13, 5210 Odense NV

Hvis du kan overføre beløbet, kan du sende tilmelding pr. mail til: [sigvardt1@outlook.dk](mailto:sigvardt1@outlook.dk)

Herefter får du et medlemskort.

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