

**Fodslaw Jammerbugten arrangerer vandreture  
i Jammerbugt Kommune**

**Julemotion**

I Oksholm Skov 2. Juledag 2009.  
Start: Øland Skole kl. 9.00 - 11.00  
Afmærkede ruter på 5 eller 10 km.

**Nytårs tur (IVV)**

Fredag d. 1. januar 2010 kl. 13.30  
Ca. 5 & 10 km førte ture "Dagen derpå"  
fra Thise Idræts forenings klubhus.

**Nytårschampagne tur**

Lørdag 09. januar 2010 kl. 13.30  
Motions og champagne tur jf.  
Motionsprogram

Kun for medlemmer:

**Generalforsamling**

Tirsdag den 26 / 1-2010. Kl. 20.00  
Inden generalforsamlingen kan du kl.  
18,30 deltage i spisning (for egen reg-  
ning husk at tilmelde dig).  
Foreningen er vært ved kaffen  
Sted: Nordstjernen i Blokhus

**Blokhus Vandring**

Lørdag d. 10. april 2010.  
Start fra Hune Friskole kl. 13.30  
Gå 6 eller 12 km (IVV). Rasteplads.

**Hovedforeningen FODSLAW:**

**Hovedkontor:** tlf. 8661 3588  
Vandreforeningen Fodslaw,  
Borgergade 12, Postboks 24,  
8831 Løgstrup

**Lokalforeningen: "Fodslaw Jammerbugten"**

**Formand:**

**Erik Jørgensen. Tlf. 98271956**  
Rugmarken 18. 9430 Vadum  
Mail: stoklund18@gmail.com

**Næstformand:**

**Ole Gulbrandsen, tlf.: 9823 0737**  
Gyvelvej 11, 9460 Brovst  
Mail: guldbams@jubii.dk

**Kasserer: Perssekontakt**

**Erik Arne Olsen. Tlf. 21340037.**  
S.J.Hvarregaardsvej 12a, Hune  
Mail: pirup@city.dk

**Øvrige Bestyrelses medlemmer.**

**Karna Grøn. Tlf. 98241287**  
Ågade 2e. 9440 Aabybro

**Øvrige bestyrelse:**

**Lissy Filtenborg, tlf. 9824 1482**  
Grundtvigsvej 5, 9440 Åbybro

**Else Marie Grundsøe. Tlf. 98247337**  
Lusernemarken 40. 9490 Pandrup

**Bjarne Uldal, tlf. 9888 3448**  
Skolebakken 21, Ingstrup, 9480 Løkken



Titelletter  
Dansk Motions Forbund  
Det Internationale Folkesportsforbund  
Dansk Firmsadresserforbund



# Vintermotion

*"Af sted det lystigt går!  
En hyggesnak vi får!  
Med nye som med gamle venner,  
endnu flere snart vi kender."*

**Natur!  
Motion!  
Samvær!  
Oplevelser**

*Kaffe og kage efter turene (10 kr.)*

**12 vandreture i vor smukke natur  
omkring Jammerbugten.**

**bl.a. 2. Juledag kl. 09.00 i Oksholm Skov  
i December, Januar og Februar**

**Turene varer ca. 1½ time.  
Arrangør: Fodslaw Jammerbugten (se bagsiden)**




**2009  
2010**

## 2. Juledag: *JULEMOTIONSTUR* på Øland. Se bagsiden!

Dato og tid	 <b>VANDRETURENE</b> Vandreområde og naturtype	Mødested og P-plads
<b>Lørdag 05. dec. kl. 13.30</b>	<b>Svinkløv Plantage. Sydvestlige del.</b> Vi går på opdagelse i Svinkløv Plantages sydvestlige del. Enten gennem Søbakken med Jættestuerne eller forbi Lyngmøllen og Stenbjerg. Vi nyder udsigten viden om fra de skønt beliggende lyngbakker.	P: ca. 1 km inde ad Gl. Hvarrevej (grusvej). Kør feks op ved Hjortdal Kirke og ud ad Skovlyvej. Den går over i grusvejen.
<b>Lørdag 12. dec. kl. 13.30</b>	<b>Brovst – Gl. Brovst – Bratskov</b> Vi går en tur i Brovst og omegn og slutter ved Hallerne, så vi kan komme ind og se vores nye pokalskab	P: Ved Brovst Hallerne / Multihallerne
<b>Lørdag 19. dec. kl. 13.30</b>	<b>Mosen ved Moseby &amp; "Gammelbo"</b> Vi går en tur iblandt de gamle tørvegrave, der er udlagt som rekreative områder med velplejede stier. Vi vil også gå ad gamle stier gennem blandet, ofte sumpet bevoksning. Støvler anbefales. Vi slutter ved "Nisserne på Gammelbo" ved Edly Klarborg.	Parkeringspladsen ved tørvetøget i nord siden af Rødhusvej. Ca. 400 meter vest for Moseby mod Rødhus.
<b>Lørdag 26. dec. kl. 09.00 - 11.00</b>	<b>JULEMOTION I OKSHOLM SKOV</b> Familieskovtur for alle. Rasteplads i skoven med chokolade, kaffe, kringle. <b>Startgebyr. Afmærkede IVV ruter på 5 og 10 km</b>	Start fra Øland Skole. Erindring med HC Andersen motiv kan erhverves.
<b>Fredag 01. jan. kl. 13.30</b>	<b>Nytårsmotion i Thise Bakker</b> Familieskovtur for alle. Rasteplads ved Thise Idrætsforenings Klubhus, hvor der er kaffe/kage. <b>Startgebyr 18 eller 25 kr. Førte IVV ruter på 5 og 10 km</b>	Start Thise Idrætsforenings klubhus. <b>Jens Thise vej 29 9700 Brønderslev</b>
<b>Lørdag 09. jan. kl. 13.30</b>	<b>Champagne tur! fra Hune Friskole</b> Vi skåler Nytåret ind på denne første motionstur i det nye år. Champagne og kransekage til alle fremmødte. Derefter går vi en rask nytårstur i den dejlige plantage. Måske et smut til havet hvis vejret tillader det.	Der parkeres i Skolegården ved Hune Friskole i vestlige udkant af Hune By. Indkørsel fra Vesterhavsvej.
<b>Lørdag 16. jan. kl. 13.30</b>	<b>Hjortdal Kirke, Hjortdal</b> Vi traver en tur i den dejlige Svinkløv Plantage. Her bydes på flot kuperet terræn, spændende natur samt smukke udsigter. Denne dag ser vi os omkring i den sydvestlige del og strejfer måske lige netop Slette Å.	Parkeringsplads ved kirken, som ligger ca. 1 km vest for byen Hjortdal ad Hjortdalvej. Den ses tydeligt i landskabet.

## "Ugens bedste kaffe og kage" efter turene for kun 10,-

Dato og tid	<b>VANDRETURENE</b> Vandreområde og naturtype 	Mødested og P-plads
<b>Lørdag 23. jan. kl. 13.30</b>	<b>Rødhus Kirke, ved Rødhus</b> Vi går i plantagen og eventuelt i klitterne og måske til havet afhængig af vejret. Der er flere muligheder. Alle med skøn natur i åbne vidder.	Parkeringsplads ved kirken på Rødhus Kirkevej, en grusvej der udgår fra Kystvejen (som forbinde Hune med Rødhus).
<b>Lørdag 30. jan. kl. 13.30</b>	<b>Slette Å i Svinkløv Plantage</b> Svinkløv Plantage byder på et meget varieret landskab, fra skov og plantage til flot svunget å løb og høje kridtskrænter med flotte udsigter over Jammerbugten. Vejret bestemmer ruten.	Vi parkerer på "Slette Å" rasteplads, som ligger på Sletteåvej mellem Slette Strand og Svinkløv Badehotel.
<b>Lørdag 06. feb. kl. 13.30</b>	<b>Nols Sø, Saltum</b> Vi mødes ved søen, hvor vi også slutter af med kaffe og kage, når turen rundt i det varierede landskab er slut. Vi kommer lidt ud i det åbne terræn, lidt i skov og lidt på landet. Skydebane og galgebakke passerer.	Der parkeres ved søen som ligger for enden af Nols vej. (vestlig sidevej til hovedgaden i nordre ende af byen).
<b>Lørdag 13. feb. kl. 13.30</b>	<b>Fosdal Plantage ved Lerup</b> Storslået naturområde med dybe kløfter som Fosdal og Langdal mfl. På en klar dag er her milevid udsyn fra de høje gamle kystskrænter. Dertil et utal af oldtidsminder. En rigtig naturperle ved Jammerbugten.	P-plads på græsarealet vest for Lerup Kirke. Undgå kirkens P-plads, så vi ikke er til gene for eventuelle kirkegæster
<b>Lørdag 20. feb. kl. 13.30</b>	<b>Hunetorp Klitvej / Kystvejen v/ Rødhus</b> Turen denne dag går ud i klitlandskabet nord for Rødhus Ferieby. Vi kommer gennem plantagen, en tur på stranden og kommer godt rundt i klitterne. Hist og pist et sommerhus i et ellers øde område.	Parkeringsplads på rastepladsen på hjørnet af Hunetorp Klitvej og Kystvejen nær Rødhus.
<b>Lørdag 27. feb. kl. 13.30</b>	<b>Lille Norge Nord ved Saltum</b> Fredet område med kuperet terræn. Især kendetegnet ved de uberørte klitbakker som om sommeren er prydet med røde og hvide hybenroser. Vi nyder de flotte udsigter over Jammerbugten. Skøn natur.	Fra Saltum køres ad Ejerstedvej og ad Kordalsvej. Følg vejskiltet til Ll. Norge Nord. P.