Eventyrløbet

5. maj 2016

Inkl. dobbeltkoncert efter løbet





Inkl. aktiviteter for hele familien



Arrangør:

Odense Gymnastikforening

INTERSPORT SPORT TO THE PEOPLE · adidas · Middelfart Sparekasse · Faxe Kondi · Fyens Stiftstidende dækker verden, dyrker Fyn · Zjopper · Stjerne Stilladser A/S

INDHOLD

Eventyrløbet er et eventyr 4
Velkommen til Eventyrløbet 2016 5
Hvor Fynboer mødes 5
Middelfart Sparekasse er med fra start til mål 6
Thomas blev en del af holdet hos DFIF 8
Speakerne er på plads! 9
Tilfredse kunder kommer ikke af sig selv 11
Det vilde familieløb fortsætter 12
Verdens største stafetløb nu med studiecamp 12
OGF Events 2016 13
VANDPOSTEN 14
Eventyrløbet støtter Børnecancerfonden 14
Store musiknavne på plakaten 14
Mad Med Sjæl: kvalitet, service og planlægning 15
Support kan man ikke få nok af 16
Løbsleder har ro på 17
Humør- og energibombe 18
Mogens snakker – og handler 19
Med FOA Odense til folkefest 19
Tilbud til alle! 20
Træn dig op til Eventyrløbet 21
Bogenseløbet lørdag d. 11. juni 2016 har 10 års jubilæum 21
Odinsbroløbet 2016 22

10:00 **Starten går for Børneløbet (2,1 km)**

10:30 **Starten går på 10 km**

10:30-14:00 **Eventyrløbets børneevent**

Det store børnevent foregår i Idrætshal 1, som til lejligheden er omdannet til ét stort legeland med store hoppeborge samt både rutsje- og forhindringsbaner. Her kan man se frem til musik og underholdning, når H.C. Andersen Paraden i to omgange kigger forbi i løbet af dagen. Odense Jiu-jitsu Klub og andre aktive fra Odense Sportscentrum giver opvisning og laver en spændende workshop, og udenfor hallen står KFUM-spejderne klar med sjove udendørsaktiviteter.

11:15 **Starten går på 5 km**

14:30-15:45 **Joey Moe med band går på scenen i Kastegården**

15:45-16:15 **Præmie- og medaljeoverrækkelse**

Løbets vindere samt største skole- og firmahold kåres.

16:15-17:30 **Michael Hardinger Band går på scenen i Kastegården**





Eventyravisen 2016

Udgives som tillæg til
Fyens Stiftstidende
Søndag den 13. marts 2016

Journalist
Claus Falkenby, DJ

Kommunikationsmedarbejder
Nikolaj Qvist Kristensen

Tekstforfatter
Henrik H. Lund

Foto
Claus Falkenby
Niels Selck
Flemming Wedell
Karen Høybye

Redigering og annoncer
Niels Selck

LØBE T-SHIRT TIL
EVENTYRLØBET

Nu kan du bestille **ÅRETS LØBETRØJE** til dit løbeteam.
Vi tilbyder en super flot og funktionel adidas løbe t-shirt i svedtransporterende Clima Cool-materiale i dette års flotte farver.

Blusen har lille Eventyrløbslogo på bryst.
Bluserne leveres i april/maj måned.

GØR LØBEBLUSEN PERSONLIG
Vi trykker gerne firmalogo, klubnavn eller slogan på blusen.

TRYK AF LOGO
Kontakt en af vores salgskonsulenter
for et godt tilbud.

Stefan Demant · Salgskonsulent Sport Direct
Tlf. 51 84 98 18 · e-mail: sd@sdirect.dk

Mette Rasmussen · Salgskonsulent Sport Direct
Tlf. 20 10 32 75 · e-mail: mette.odense@sdirect.dk

Steffen Hansen · Salgschef Sport Direct
Tlf. 20 70 95 17 · e-mail: sh@sdirect.dk

DAME LØBETRØJE
XS - XL



HERRE LØBETRØJE
S - XXL



SPAR 100,-

LØBE TEE
EVENTYRPRIS
99,95
INKL. MOMS



SPORT TO THE PEOPLE

ODENSE C | VESTERGADE 71 | TLF 66 13 02 22
ODENSE SØ | ROSENGÅRDCENTRET | TLF 66 15 95 40
ODENSE NV | TARUP CENTER | TLF 66 16 18 40
NYBORG | NØRREGADE 10 | TLF 65 30 11 30
ASSENS | ØSTERGADE 22 | TLF 64 71 28 11
OTTERUP | SØNDERGADE 23 | TLF 64 82 40 60
FAABORG | TORVEGADE 10 | TLF 62 61 12 56
MIDDELFART | ALGADE 69 | TLF 72 30 80 55

INTERSPORT®



Eventyrløbet er et eventyr

Anker Boye har startet løbet i halvdelen af dets 39-årige levetid og han er fuld af lovord om kæmpe-arrangementet



Af Claus Falkenby

Eventyrløbet er i sig selv et eventyr.

Det mener Odenses borgmester Anker Boye. Og han må jo vide, hvad han snakker om. For i omkring halvdelen af løbets snart 39-årige historie har han startet det. Præcis hvor mange gange, ved han ikke, men næste år har han været borgmester i sammenlagt 20 år og rådmand i fire år, og med borgmestertitlen følger altid en invitation til at være manden med startpistolen.

Og den opgave har han sagt ja tak til, hver gang han har haft mulighed for det. For han betragter Eventyrløbet som meget fin reklame for den by, han selv er sat i spidsen for at repræsentere.

- Jeg har altid påtaget mig opgaven med at skyde løbet i gang med stor fornøjelse. For det er et løb, der virkelig har udviklet sig til et kæmpearrangement. Og det bliver afviklet med stor professionalisme af de mange frivillige hjælpere, siger Anker Boye.

Får en pølsesnak

Hans egen deltagelse som løber begrænser sig til nogle få gange, dengang han var fagforeningsformand i FOA, men til gengæld fulgte han løbet og deltagerne tæt, fordi han serverede pølser fra standen for medlemmerne og deres familier, når de var kommet i mål efter strabadserne ude på ruten. For løbet har også en stor social betydning, hvor folk fra alle samfundslag hygger sig og får "en pølsesnak".

Og Eventyrløbet er en af de få gange om året, hvor de cirka 14.000 medarbejderne fra alle kommunens afdelinger har chancen for at mødes med familier på en sjov og uformel måde. Det har betydet, at Odense Kommune har stillet med det suverænt største hold de senere år. Alene i fjor var der tilmeldt 2800 løbere fra kommunen. De fleste vælger den korte 5 km rute, men de mere veltrænede prøver kræfter og form med den lange 10 km distance. Og så er børneløbet også i høj kurs blandt børn af kommunens medarbejdere.

Cykler rundt

Anker Boye cykler som regel ud til startstedet ved stadion, og når han har givet løberne et par gode velmenende ord med på vejen og trykket på startpistolen, tager han en tur på cyklen og følger nogle af dem ude på ruten. Det medfører ofte nogle sjove bemærkninger og kommentarer fra tilskuerne til borgmesteren.

Han synes, at Kr. himmelfartsdag er en udmærket dag at afvikle det store motionsløb på hvert år, selv om det kolliderer med en flere hundrede år gammel tradition i Odense, nemlig det kongelige borgerlige skyttelaugs samling samme dag, som han også bliver inviteret til.

Anker Boyes stramme program hindrer ham ofte i at dyrke motion på faste tidspunkter, men når det sker, er det lidt golf i ny og næ og på ferier. Tidligere spillede han tennis.

Flere gode aktiviteter

Han nævner også DHL Stafetten som et stort aktiv for Fyns firmaer og foreninger og som et eksempel på, at kommunens medarbejdere kan samles til et stort fælles motionsarrangement efter sommerferien. Og han er også glad for, at OGF og Fjordager er gået sammen om Broløbet over Odins Bro og nu også den nyere Byens Bro. Også H.C. Andersen Marathon er med til at sætte Odense på landkortet.

Også klar næste år

Men Eventyrløbet er det største, og det er meget værdifuldt for byen, mener Anker Boye.

Han er også er klar til at starte det næste år, hvis han bliver inviteret. I så fald er det nok sidste gang, idet han har bebudet, at han stopper som borgmester med udgangen af 2017. Det kunne blive et flot punktum, idet løbet jo har 40 års jubilæum næste år.

Velkommen til Eventyrløbet 2016



Så er der blot et par måneder til, at årets største kryds i motionskalenderen skal sættes, når Eventyrløbets 39. udgave skydes i gang den 5. maj. Fra den spæde start i 1978 med 1.368 deltagere har Eventyrløbet i dag etableret sig som Nordens største 5 og 10 km løb. Samtidig rummer det landets næststørste børneløb, og vi glæder os til endnu et møde med den nye, voksende generation af eventyrløbere, der sætter det hele i gang kl. 10 på løbsdagen.

Eventyrløbet skal være for hele familien, og derfor gør vi også alt for at sikre et spændende og mangfoldigt udbud af aktiviteter og underholdning for alle aldre til løbet. I den forbindelse sender jeg en stor tak til de mange foreninger og organisationer, der hvert år stiller stærke folk til rådighed for at give deltagerne en masse gode oplevelser.

Her i Odense Gymnastikforening har vi haft en hel del at se til siden sidste års løb. I vores atletikafdeling har vi bl.a. arrangeret Skole-OL, som var en stor succes her i Odense, og vores gymnastikafdeling har leveret en lang række imponerende præstationer – ikke mindst til VM i Tumbling hvor det blev til en flot femteplads for Anders Wesch.

Vi har igen i år valgt at støtte Team Rynkeby og Børnecancerfonden. De yder på hver deres måde en kæmpestor indsats for at bekæmpe kræftsygdomme hos de yngste, og det vil vi som forening gerne bakke op om og formidle videre til publikum. Vi håber, det kan inspirere andre til at bakke op om arbejdet i Børnecancerfonden, der altid kan bruge flere midler til at vække glæde hos børnene og deres familier i en svær tid. På Boernecancerfonden.dk kan du se, hvordan du kan støtte deres arbejde.

Hele forudsætningen for at vi kan yde den støtte – og i det hele taget stable så stort et arrangement som Eventyrløbet på benene – er de mange frivillige, der hvert år lægger en masse tid og kræfter i løbet. Derfor glæder jeg mig altid lidt ekstra til at se de "faste" og de nye hjælpere til årets løb, og vi vil gøre vores bedste for at sikre, at de alle går fra arrangementet med en masse gode oplevelser i bagagen.

Jeg glæder mig til en stor festdag i motionens tegn, og på vegne af hele vores forening vil jeg gerne byde jer alle sammen velkommen til Eventyrløbet 2016.

Vi ses den 5. maj!

- Annette Pedersen
Hovedformand for Odense Gymnastik forening

Hvor Fynboer mødes



Hos Albani ser man frem til både at løbe og servicere de mange deltagere, når bryggeriet med det fynske hjerte tropper op til Eventyrløbet 2016.

Når Eventyrløbets mange deltagere og tilskuere skal slukke tørsten, kan de søge mod standene fra det odenseanske bryggeri, som igennem mange år har været en loyal støtte til byens store motionsløb.

Engageret i idrætten
Det odenseanske bryggeri, som i dag har omkring 200 ansatte, involverer sig hvert år i en lang række kulturelle og idrætsrelaterede arrangementer. Og til maj kommer der sved på panden, når de stiller med et hold til Eventyrløbet, som skal forsvare bryggeriets røde farver på hjemmebanen i Odense. "Vi sætter en ære i at være aktive medspillere til Eventyrløbet, og vi stiller derfor også selv med et hold til løbet. Det er jo et arrangement, som i den grad får fynboerne til at mødes, og vi glæder os til at servicere de mange deltagere den 5. maj, " udtaler Jesper Larsen, Brand Manager hos Albani.

Det fynske fokus
Lige siden opstarten i 1859 har den tætte kontakt til det fynske marked været en vigtig præmis for bryggeriet. Det er bl.a. derfor, at næsten alle Albani-øl stadig bliver brygget i Odense, og det er derfor, Albani strækker sig langt for at yde støtte til lokale events og initiativer. "Vi har stærke, fynske rødder, og det at bakke op lokalt er en del af bryggeriets DNA. Derfor er det helt essentielt for os, at vi kan være med til at støtte op om de mange fynske events, og dyrke den gode, mangeårige relation til fynboerne, " fortæller Jesper Larsen. Stiller man op som firmahold til Eventyrløbet, er der både penge og værdifuld køtid at spare ved at forudbestille drikkevarer fra Albani, som bliver leveret til holdets stand. Man kan læse mere om ordningen på Eventyrlobet.dk under punktet "Drikkevarer", hvor bestilling også foretages.

Eventyrløbet tilbyder:
Få leveret drikkevarer direkte til din stand

Vand (rammer á 24 stk.): Egekilde kildevand, Faxe Kondi, Face Kondi Free, Pepsi, Pepsi Max

Øl (rammer á 24 stk.): Odense Pilsner og Odense Classic

Frit valg kr. 160,- (inkl. moms og pant)

Alle bestillinger skal være foretaget og betalt inden den 22. april

Middelfart Sparekasse er med fra start til mål

For tredje år i træk er Middelfart Sparekasse hovedsponsor for Eventyrløbet



Middelfart Sparekasse sætter også i 2016 et solidt aftryk på Danmarks største endagsmotionsløb. For tredje år i træk er Sparekassen hovedsponsor for løbet, der samler over 20.000 deltagere, unge som ældre.

" Det er én stor familiefest, hvor både far, mor, børn og bedsteforældre er med – alle er ude at løbe, fordi der er ruter til alle", siger Thomas Bo Jørgensen, afdelingsdirektør i Middelfart Sparekasses privatafdeling i Odense.

Trods mere end 160 år på bagen er Middelfart Sparekasse et forholdsvist nyt pengeinstitut i Odense. Synligheden ved at være hovedsponsor ved så stor en begivenhed som Eventyrløbet er derfor vigtig, medgiver Thomas Bo Jørgensen. Men han er i særlig grad glad for at støtte op omkring Eventyrløbet, da løbets værdier stemmer godt overens med Sparekassens.

Kom i form til løbet

Ud over at være til stede på dagen for Eventyrløbet, er Middelfart Sparekasse også med i forberedelserne. Tre af de planlagte træninger op til løbsdagen starter og slutter ved Sparekassens lokaler på Dalumvej. Her sørger nogle af de mest løbeglade medarbejdere for træningen, mens andre står for forplejningen, når løberne kommer hjem fra træningsturen.

For Middelfart Sparekasse er Eventyrløbet også et socialt arrangement. Alle medarbejdere har mulighed for at løbe med, og på dagen rejses et telt, hvor vi kan mødes før og efter løbet.

" Vi er efterhånden en stor Sparekasse med afdelingsnet fra Aarhus over Esbjerg til Svendborg, så vi er glade for, at vi kan bruge løbet som lejlighed til at mødes med kolleger fra de andre afdelinger", siger Thomas Bo Jørgensen.



VI ER MED FRA START TIL SLUT

Middelfart Sparekasse er en stolt hovedsponsor for Eventyrløbet, og vi er med fra start til slut.

Det er vi også, når det gælder din privatøkonomi. Du får personlig rådgivning i øjenhøjde, og vi lægger vægt på tillid, tilgængelighed og tryghed.

Skift til Middelfart Sparekasse:

- Vi har Danmarks mest tilfredse kunder
- Vi tilbyder rådgivning fra 8 til 18
- Vi er en del af lokalsamfundet

Se mere på **midspar.dk/derfor.**

EVENTYRLØBET

VI GLÆDER OS TIL AT SE DIG

MIDDELFART SPAREKASSE
ODENSE

Odense Afdeling · Dalumvej 54 B · 5250 Odense SV · 88 20 84 60 · midspar.dk

Du finder os også i Strib, Middelfart og Svendborg.

Eventyrløbet

Kr. himmelfartsdag den 5. maj 2016

Nordens største 5 og 10 km løb og Fyns største firmafest!
Max 22.000 deltagere. Startnummer giver gratis adgang til dobbeltkoncert med Joey Moe og Michael Hardinger Band fra kl.14.30.



Følg OGF EVENTS på Facebook

OBS Børne-Event
Underholdning og aktiviteter for børnene

Børneløb kl. 10.00, 10 km kl. 10.30 og 5 km kl. 11.15

Start og mål ved Odense Idrætspark, Odense V
Fortræning fra den 12. marts ved Odense Atletikstadion,
onsdage kl. 18.30 og lørdage kl. 10.00

FyensStiftstidende · INTERSPORT SPORT TO THE PEOPLE · adidas · MIDDELFART SPAREKASSE · ZjOpper · FAXE KONDI · STJERNE STILLADSER

partnerhouse.dk · ChampionChip

Arrangør: OGF Events · Odense Gymnastikforening



EKSTRA TIL DELTAGERNE I BØRNELØBET
Lækker løbe t-shirt

ALLE DELTAGERE FÅR
- en pålægsbolle, kildevand, juice og en energibar

BØRN UNDER 15 ÅR FÅR GRATIS BILLET TIL ZOO

Nu for hele familien!

ODENSE ZOO FAMILIELØB

ONSDAG DEN 15. JUNI 2016

VIND EN OVERNATNING I ZOO
Tilmeld jeres skoleklasse Odense ZOO Familieløb og få **HVERT 10. STARTNR. GRATIS.** Samtidig er I med i konkurrencen om en overnatning på savannen i Odense ZOO for hele klassen!



LØB GENNEM ZOO

ODENSE ZOO FAMILIELØB

TILMELDING
på www.ogf.dk

ODENSE ZOO · SPORT TO THE PEOPLE INTERSPORT · OGF EVENTS



DHL STAFETTEN 2016

5 x 5 km stafet eller 5 km gåtur
tirsdag den 16. august, onsdag den 17. august eller torsdag den 18. august

Skal du være en del af verdens største stafetløb?



Slå dig sammen med 4 kolleger og få en hyggelig skovtur med en god gang motion, socialt samvær og lidt til ganen!

Odense Atletik – Arrangør

Tilmelding på ogf.dk/events

Download **OGF EVENTS APP** til din smartphone

Bemærk: Prisstigning fra 650 til 750 kr. pr. hold er fra mandag den 4. juli.

Pagen · KiMs · EGEKILDE REN NATURKRAFT · Rynkeby NATURENS HELT EGEN · Bilka TÆNK STORT, BETAL SMÅT · føtex vi gør mere for dig · FyensStiftstidende · Ultimate Sport Service ApS · GODIK · Salling · NETTO Dansk Supermarked A/S

Odinsbroløbet

Nu også over Byens Bro

Lørdag **25. juni** 2016
10 km - halvmarathon
Medalje med byens broer
Lækker og funktionel **T-shirt**

INTERSPORT SPORT TO THE PEOPLE · EVENTYRLØBET · FAXE KONDI free · Marius Pedersen · HCA Marathon mere end et løb . . .

Thomas blev en del af holdet hos DFIF



Eventyrløbet, H.C. Andersen Marathon, DHL Stafetten og diverse cykelløb er blot nogle af de sportsevents, vi her på Fyn kan tage del i – og det gør vi glædeligt, ligesom man gør det i resten af landet.

I en undersøgelse tilbage fra 2011 svarede 64 procent af de voksne danskere 'ja' til, at de dyrker motion regelmæssigt. Vi er blevet vilde med motion, og det er noget, der afspejler sig i vores hverdag, hvor flere og flere sportsevents dukker op omkring os. Derfor er der opstået et behov for at uddanne arbejdskraft, der er specialiseret indenfor dette område. Det kan man bl.a. vælge at gøre på Erhvervsakademiet Lillebælt, der udbyder en erhvervsakademiuddannelse i serviceøkonomi med mulighed for at specialisere sig indenfor sport og event management. Derefter kan man tage en professionsbachelor-uddannelse i sport management, hvor man på 1½ år får mulighed for at gå endnu mere i dybden med fagområdet.

Netværk banede vej til praktikplads

Netop denne uddannelsesvej har 24-årige Thomas Nielsen valgt, og i dette forår er han i gang med sin afsluttende opgave på serviceøkonomstudiet på Erhvervsakademiet Lillebælt. Thomas har valgt at specialisere sig i sport management, hvor han i efteråret 2015 har gennemført en obligatorisk 3 måneders praktik. Gennem det netværk, Thomas har opbygget under sit studie, blev han anbefalet at tage kontakt til Dansk Firmaidrætsforbund (DFIF), da han skulle finde sig en praktikplads. DFIF havde plads til Thomas på eventen SchoolsOnTheRun, og det var Thomas selvfølgelig helt klar på. Fra august til og med oktober kastede Thomas sig således ud i at arrangere forbundsevents. Helt konkret har Thomas arbejdet med 'hands on' opgaver og har været involveret i hele processen i forbindelse med afholdelse af events - lige fra udvikling af konceptet til organiseringen og afviklingen af eventen som fandt sted i 4 byer. "Det, at jeg har været inddraget i alle eventens facetter, har givet mig en masse erfaring med bl.a. frivillige, sponsorater, samarbejdspartnere, salg, lovgivning m.m.. De erfaringer og observationer, jeg har gjort mig hos DFIF, har været guld værd, og jeg er blevet bekræftet i, at det er den rigtige uddannelse, jeg har valgt, " fortæller Thomas Nielsen.

Ekstra manpower og nye input

Hos DFIF har de også været glade for at have Thomas på holdet. Udover at idrætsorganisationen har haft gavn af ekstra 'manpower', har Thomas også kunne skubbe lidt til DFIF, og den måde de normalt gør tingene på. "Det positive ved at få friske øjne ind i en virksomhed er jo, at man får tilført ny viden. Thomas har med sin uddannelse kunnet bidrage med nye kompetencer, som vi i den grad kan bruge til noget. Og så er det jo dejligt at blive udfordret lidt på den måde, vi normalt tænker på, " siger Brian York, Idrætskonsulent hos DFIF.
Lige præcis det, at kunne bidrage med noget nyt og anderledes, fremhæver Thomas også selv som noget af det helt væsentlige ved at være praktikant i en virksomhed. Og hos DFIF har han oplevet, at der har været plads til og mulighed for at komme med sine idéer. "Det har været fantastisk at få så meget ansvar, som jeg fik, og samtidig arbejde tæt sammen med personer, jeg lærte en hel masse af, og som jeg har haft mulighed for at støtte mig op ad. Ansvar, frie rammer og rigtig godt samarbejde er virkelig værd at fremhæve i forbindelse med min praktik hos DFIF, " fortæller han.

Fra praktik til studiejob

Arbejdet hos DFIF er dog ikke slut for Thomas endnu. Efter sit praktikforløb er han blevet tilknyttet som studentermedhjælper ved siden af sit serviceøkonomstudie, som han er færdig med til sommer. Herefter har han planer om at tage overbygningen i Sport Management. "Vi har været utrolig glade for at have Thomas hos os i efteråret. Han har passet godt ind i teamet som person, og samtidig kommer han med en uddannelse, som er fagligt relevant. Vi har haft stor glæde af at have en medarbejder, som vi kan mærke virkelig har en interesse for det, vi beskæftiger os med, og som glædeligt og flittigt har bidraget til udviklingen af vores event, " siger Brian York. DFIF har benyttet sig af praktikanter tidligere, men er nu i gang med at re-tænke deres brug af praktikanter. "Vi vil rigtig gerne være mere organiserede i vores brug af praktikanter. Det er jo en rigtig god måde for os at få ekstra ressourcer og nye input, men samtidig er det også vigtigt for os, at vi kan være en del af at give de studerende noget ekstra til deres uddannelse, " slutter Brian York.

Dansk Firmaidrætsforbund (DFIF)
Dansk Firmaidrætsforbund er en landsdækkende idrætsorganisation der arbejder for at motivere arbejdspladser til at dyrke firmaidræt. Forbundet er den tredjestørste idrætsorganisation i Danmark med mere end 370.000 medlemmer og 80 lokale firmaidrætsforeninger rundt omkring i Danmark.

Serviceøkonom
Serviceøkonomuddannelsen er en to årig erhvervsakademiuddannelse, hvor de studerende oparbejder kvalifikationer til at kunne arbejde inden for hotel- og restaurationsbranchen, turisme eller sport- og eventområdet.
Læs mere om serviceøkonomuddannelsen her:
www.eal.dk/uddannelser/serviceokoenom

Pba. i Sport Management
Sport Management uddannelsen er en 1½-årig overbygning til serviceøkonomuddannelsen, markedsføringsøkonom samt finansøkonomuddannelsen, ligesom man også kan få adgang til uddannelsen gennem en individuel kompetencevurdering. De studerende udvikler kompetencer indenfor bl.a. organisering af idræt, strategi, ledelse, sport marketing, økonomi, jura og innovation.
Læs mere om pba. i Sport Management her:
www.eal.dk/uddannelser/sport-management



Speakerne er på plads!

Danmarks største endagsmotionsløb er en stor opgave for arrangørerne og de mange, der hjælper til. På dagen har speakere, opvarmere og lydfolk en helt central rolle fra morgenstunden. Anlæggene gøres klar dagen før, og det hele afprøves en god times tid, før musikken skal lyde ud over området, og speakerne skal i aktion.

I 2015 kom løbsarrangørerne hos OGF Events på nye idéer til speakningen ved Eventyrløbet. TV2 Fyn-journalist og studievært Sandie Hansen Jensen og den mangeårige speaker ved en række løb, Henrik Lund Jensen, blev det nye makkerpar til Eventyrløbet. OGF´s egen Karen Høybye sender de store felter på 5 km'eren afsted, og Sandie Hansen Jensen byder velkommen og kommer med stribevis af informationer før børneløbet og 10 km'eren.

På Atletikstadion tager Henrik Lund Jensen imod løberne, når de kommer ind på opløbsstrækningen, og sammen med Sandie Hansen Jensen speakes resten af løbet fra tårnet midt på græsplænen. Her skal "gryden holdes i kog" i et par timer med løbstider, hundredvis af navne, fødselsdage, sjove holdnavne og live-interviews, og senere er der koncert og præmieoverrækkelser, der traditionen tro tiltrækker flere tusinde tilskuere.

Traditionelt er der mange efterlysninger ved Eventyrløbet, især af børn. Det forsøger speakerne i år at minimere, idet der oprettes et "meeting point" på Atletikstadion. Løbsspeakerne Sandie, Karen og Henrik er klar årets Eventyrløb!

Har du en god og sjov historie, er du velkommen til at sende den til Henrik Lund Jensen på hlund@dsa-net.dk



FREMTIDEN TILHØRER DE KOMPETENTE

AMU-Fyn er Danmarks største udbyder af arbejdsmarkedsuddannelser

Knap 30.000 personer deltager hvert år i et kursusforløb på AMU-Fyn i samarbejde med vores mere end 110 ansatte. Kurserne sikrer en fremtidsrettet faglig og personlig opkvalificering, således at medarbejdernes værdi på arbejdsmarkedet optimeres og sørger for, at virksomhederne til enhver tid kan få deres uddannelsesbehov dækket inden for AMU-Fyn's målgrupper.



AMU-Fyn er Danmarks absolut største udbyder af arbejdsmarkedsuddannelser med fremtidig fokus på kvalitet og service.

Vil du høre mere om AMU-Fyn's udbud af erhvervsuddannelser og AMU-kurser, er du velkommen til at kontakte en af vores konsulenter på tlf. 66 13 66 70.

AMU Fyn

Vi uddanner folk

Petersmindevej 50 • 5100 Odense C
C. F. Tietgens Boulevard 27 • 5220 Odense SØ • Tlf. 66 13 66 70

www.amu-fyn.dk

ER DU SIKKER?



Kære virksomhed

Er du og din virksomhed på forkant med sikkerheden? Minimer uheld og ulykker med en sund sikkerhedsadfærd.

Sikker adfærd i produktionsvirksomheder

På kurset bliver følgende behandlet:

- Hvad er en sikkerhedskultur?
- Hvordan kan man deltage i beskrivelse og analyse af sikkerhedskulturen?
- Hvilke forhindringer er der for at udvikle en god sikkerhedskultur?
- Hvordan kan man løbende forbedre arbejdsmiljøresultaterne?
- Hvordan kan man inddrage kollegaerne i en læringsproces, der fremmer en god sikkerhedskultur/arbejdsmiljøet?
- Hvordan kan man i samarbejde med den arbejdsmiljøansvarlige udforme en handlingsplan med forslag til den gode personlige og kollegiale risikoadfærd på egen arbejdsplads?

Kursusgebyr: **184 kr. pr. person i AMU's målgruppe**
Kursusnr. : 47075 Varighed: 1 dag



Førstehjælp

Er jeres medarbejdere ajour med førstehjælpen?
Det tager kun 3 timer.

Hvornår er de sidst blevet opdateret i at:

- gengive førstehjælpens 4 hovedpunkter
- forklare hvordan ulykken standses
- udføre nødflytning på jord og fra bil
- forklare, hvorfor alle tilskadekomne skal sikres luft til lungerne og blod til hovedet
- undersøge om en person er bevidstløs, og om han trækker vejret
- lægge en person i aflåst sideleje
- standse en sprøjtende blødning
- formulere en korrekt alarmering
- give hjerte-/lungeredning inkl. hjertestarter

Vidste du, at AMU-Fyn gerne kommer til jer for på 3 timer at introducere jeres medarbejderstab i førstehjælp.

Kursusgebyr: **102 kr. pr. person i AMU's målgruppe**
Kursusnr.: 42730 Varighed: 3 timer

AMU-kurser:
Der ydes lønrefusion efter gældende lovgivning. Deltagere, der ikke er i AMU's oprindelige målgruppe pga. uddannelsesniveau, men som ikke har anvendt sin uddannelse de sidste 5 år, vil ligeledes kunne ansøge om løntabsgodtgørelse. For øvrige deltagere gives der ikke løntabsgodtgørelse.

AMU Fyn
Vi uddanner folk

Petersmindevej 50 • 5100 Odense C
C. F. Tietgens Boulevard 27 • 5220 Odense SØ
Tlf. 66 13 66 70

www.amu-fyn.dk

INTERSPORT ØNSKER ALLE LØBERE
GOD TRÆNING TIL EVENTYRLØBET

Vi står klar til at give dig gode råd og tilbyder gratis løbestilsanalyse. Kontakt én af vores butikker og bestil tid*.

Kig også ind og se alle forårsnyhederne i løbetøj og løbesko.

*Løbestilsanalyse tilbydes desværre ikke i Faaborg.

KLAR TIL **TRÆNING**



SPAR 500,-
adidas
LIGHTSTER STAB 2
599,95

LIGHTSTER STAB 2, DAME ELLER HERRE

Neutral og let løbesko med den velkendte gode pasform fra adidas. Skoen har mesh overdel, der sikrer god åndbarhed. Sålen giver et godt greb i underlaget. Normalpris 1100,-

SPORT TO THE PEOPLE

ODENSE C | VESTERGADE 71 | TLF 66 13 02 22
ODENSE SØ | ROSENGÅRDCENTRET | TLF 66 15 95 40
ODENSE NV | TARUP CENTER | TLF 66 16 18 40
NYBORG | NØRREGADE 10 | TLF 65 30 11 30
ASSENS | ØSTERGADE 22 | TLF 64 71 28 11
OTTERUP | SØNDERGADE 23 | TLF 64 82 40 60
FAABORG | TORVEGADE 10 | TLF 62 61 12 56
MIDDELFART | ALGADE 69 | TLF 72 30 80 55

INTERSPORT

Tilfredse kunder kommer ikke af sig selv



I mange år har Poul Schou A/S sat standarden i den fynske transportindustri, og i starten af 2016 kunne man præsentere et rekordregnskab, som dog ikke har fået det fynske transportfirma til at hvile på laurbærrene.

Med 76 år på bagen i transportfaget har Poul Schou A/S stor erfaring og en lang historie i branchen, og årets rekordregnskab giver en klar indikation af, at det fynske transportfirma stadig arbejder i den rigtige retning.

Men trods succesen sættes der hårdt ind på at opnå nye målsætninger, og i 2016 er hovedmålet helt klart: at sikre kunderne en endnu bedre service.

Mere service for pengene

Servicen, som Poul Schou A/S tilbyder, når vidt omkring, i og med man beskæftiger sig med mange forskellige opgaver inden for transport, logistik, miljøløsninger, makulering og arkivering. Hos Poul Schou A/S vil man sikre sig, at man også i fremtiden kan opfylde de stadigt stigende krav på servicefronten. "Vi vil gerne gøre endnu mere for at servicere kunderne så godt som muligt. Vi kan nu komme endnu tættere på vores kunder, og på den måde mere præcist udpege den enkeltes ønsker og behov, mens vi også bliver klogere på vores egne aktiviteter og de områder, hvor vi fortsat kan optimere, " fortæller Stine Aamand, nyansat salgskonsulent hos Poul Schou A/S.

- Aldrig mødt gladere kunder

Det er de færreste, som bifalder gerningsmanden, når han destruerer en virksomheds data. Om ikke andet er det tilfældet hos Dansk Sikkerheds Makulering, Schou Gruppens makuleringsafdeling, der hvert år rydder masser af tons og terabytes af vejen for både virksomheder og private. "Jeg har været i mange forskellige stillinger og brancher i tidens løb, og jeg har aldrig mødt gladere kunder, end jeg har her. Det indikerer for mig, at vores produkt og service virker, " siger Allan Kvist Jepsen, salgskonsulent gennem halvandet år i Dansk Sikkerheds Makulering.

Med på motionsvognen

Poul Schou A/S har i mange år haft et stort fokus på miljøkorrekthed og bæredygtighed i de opgaver, firmaet udfører, og det er ikke kun på vejene, den energirigtige transport tager fokus. Hos Poul Schou A/S stiller man hvert år en række motionstilbud til rådighed for medarbejderne, og som det helt store højdepunkt i firmaets eventkalender afvikler man to gange årligt Fyns ældste motionsløb, Schou-løbet i Langesø, hvor både medarbejdere og udefrakommende kan slippe energien løs på løberuterne i Langesøskoven. I år løbes Schou-løbet den 22. april og den 25. september.

VÆR MED i FYNS ÆLDSTE OG HYGGELIGSTE MOTIONSLØB STORE BEDEDAG DEN 22. APRIL OG SØNDAG DEN 25. SEPTEMBER KL. 10.30 VED LANGESØ SLOT

Tilmelding på dagen indtil en halv time før starten. Ved Schou-løbet kommer du for hyggens skyld og for at få en dejlig naturoplevelse. Mød op ved "Den gamle smedie" ved slottets indkørsel og parkeringsplads.

Ruten er 7,1 km og er en stor oplevelse værd.

Præmier til hurtigste kvinde, mand, pige og dreng under 15 år. Mange lodtrækningspræmier.

BØRNELØB 2,7KM

MULIGHED FOR FORHÅNDSTILMELDING



INFORMATION
OGF's Klubhus, Stadionvej 43, 5200 Odense V.
tlf. 65 91 57 13, info@ogf.dk
Mandag - onsdag kl. 13-16 og torsdag kl. 13-17
www.ogf.dk

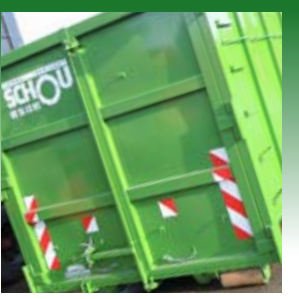
INTERSPORT SPORT TO THE PEOPLE
adidas
FyensStiftstidende dækker verden, dyrker Fyn

»GRØNNE« TRANSPORT
SCHOU-løbet i Langesø
Fyns ældste motionsløb

ODENSE GYMNASTIKFORENING OGF
Arrangør: OGF Events

partnerhouse.dk





VI ER MED OVERALT HVOR DER BYGGES!

»GRØNNE« TRANSPORT
SCHOU



Kontakt Stine Aamand
for et besøg og tilbud
på dit projekt
Telefon 20 24 36 22
saa@poulschou.dk

POUL SCHOU A/S
Rugårdsvej 321
5210 Odense NV
Telefon 66 16 03 85
www.poulschou.dk

25 kranbiler · jernplader · blokvogne · skibscontainere · affaldscontainere · råstoffer

Det vilde familieløb fortsætter



De fynske familier kan igen i år samles på Engen til Odense ZOO Familieløb, som skydes i gang den 15. juni.

Odenses nye familieløb er kommet for at blive. Trods svære forhold til sidste års premiere på løbet, hvor regnen stod ned i stænger, inviterer OGF Events og Odense ZOO nok en gang familier og andet godtfolk til hygge og motion på Engen, når anden udgave af familieløbet løber af stablen onsdag den 15. juni.

Skolerne skal med

Løbet falder mere eller mindre sammen med skoleårets afslutning, og løbsarrangørerne har derfor sat alle sejl ind på at skabe et attraktivt arrangement for de deltagende skoler. Når man tilmelder et skolehold, sparer man et startnummer for hver 10. deltager, og alle skolehold deltager i en eksklusiv konkurrence om en overnatning for klassen i den populære Kiwara Camp i Odense ZOO (op til 30 elever + 4 voksne). De forskellige skoler og hold har mulighed for at stable et picnic- eller grillarrangement på benene på Engen, hvor den medbragte mad kan nydes, så atmosfæren og det gode holdfællesskab for alvor kan dyrkes. "Vi var rigtig glade for skolernes opbakning til premieren i 2015, og vi håber på at se endnu flere skoleelever løbe med i år, " udtaler løbsleder Klaus Winther.

- Vil give gode oplevelser i naturen

Odense ZOO Familieløb har tre ruter: 5 km, 10 km samt børneløbsruten på 4 km, der alle går gennem Odense ZOO. Hos medarrangørerne i ZOO vil man med løbet bidrage til at skabe flere gode naturoplevelser for fynboerne – og i særdeleshed for børnene. "Én af vores vigtigste opgaver er at bidrage til gode oplevelser for børn og unge i naturen, og derfor lægger vi igen i år op til, at man deltager som skoleklasse. I samarbejde med OGF Events har vi fået sat nogle gode rammer, der byder på masser af fælleshygge, aktiviteter og sjov for familier og skoleklasser, både under og efter løbet, " fortæller Rikke Skovlund, kommunikationschef i Odense ZOO.

Gaver og aktiviteter til børnene

Til Odense ZOO Familieløb får alle børn under 15 år en gratis adgangsbillet til Odense ZOO, og alle børneløbets deltagere får også smart løbe t-shirt. Oven i det kan alle deltagere se frem til at få en pålægsbolle, en kildevand, en juice samt en energibar, som alt sammen kan nydes på Engen, hvor der også vil være en række forskellige aktiviteter for børnene. Børneløbet skydes i gang kl. 17:30 på dagen, og 10 km og 5 km starter hhv. kl. 18.00 og kl. 19.00. Tilmelding sker via ogf.dk, og man kan spare 50 kr. pr. startnummer ved at tilmelde sig inden den 30. maj.



Verdens største stafetløb nu med studiecamp

Til DHL Stafetten i Odense, der i år afvikles den 16-18. august, introducerer man i år en studiecamp, der skal samle byens studerende til et socialt motionsarrangement med et netværksorienteret tvist.

Gennemsnitsalderen til DHL Stafetten i Odense falder en smule i år, når byens studerende får deres helt egen camp til det ellers så traditionelle firmaevent. DHL Stafetten tiltrækker hvert år et væld af virksomheder, der repræsenterer vidt forskellige fagfelter. Det store fremmøde og den store variation virksomhederne imellem er med til at gøre DHL Stafetten både attraktiv og relevant for studiebyens kommende kandidater. Løbsarrangørerne i OGF Events er derfor gået sammen med Syddanske Studerende, studenterforeningen for de studerende på Syddansk Universitet, for at skabe nogle rammer, der både har perspektiver for de studerende og for de deltagende virksomheder. "Vi vil udløse det store potentiale, der ligger i at lave den rette kobling mellem det store firmaevent og det aktive studieliv, som byen rummer. Vores mål med studiecampen er at skabe et arrangement, der både har værdi for virksomhederne og de studerende, " udtaler Niels Selck, marketingchef i OGF Events.

Et uformelt møde

Den nye studiecamp skal karakteriseres ved et afslappet miljø, og det skal være med til at skabe en platform, som virksomhederne og de studerende kan mødes på – uden at det tager noget væk fra den traditionelle firmafest. Hos Syddanske Studerende ser man også optimistisk på den nye studiecamp, og der er store forhåbninger til, at konceptet kan danne rammen for et møde med virksomhederne, der adskiller sig fra den traditionelle mødeplatform for de to parter. "Vi håber på et godt samarbejde med OGF Events, hvor vi kan komme lidt væk fra den klassiske 'company dating', og i stedet skabe dialogen mellem de studerende og virksomhederne i mere uformelle rammer. Parterne kan mødes i campen til en hyggesnak over en fadøl, og på den måde etablere en relation under nogle lidt andre forhold, end vi er vant til, " fortæller Søren Anthony, aktivitetsansvarlig hos Syddanske Studerende.

Tilmeldingen er i fuld gang

Vil man sikre sit hold en god plads i teltet, er det med at få sig tilmeldt årets DHL-stafet. "Vi ved af erfaring, at teltpladserne hurtigt bliver booket, og hvis man har planer om at få en af pladserne ud til opløbsstrækningen på Engen, gælder det om at være tidligt ude, " fortæller løbsleder Klaus Winther. Til DHL Stafetten i Odense er der plads til alle, og deltagerne kan vælge mellem 5 km løb og 5 km walk. Man kan læse mere om årets løb samt tilmelde sit hold på OGF.dk.



OGF Events 2016



Schou-løbet i Langesø (22. april og 25. september)

Schou-løbet i Langesø er Fyns ældste motionsløb og egner sig til motionister i alle aldre og på alle niveauer. Det traditionsrige løb byder på flotte ruter á 7,1 km og 2,7 km (børneløbet) i de smukke omgivelser omkring Langesø Slot. Det er desuden muligt at forhåndstilmelde sig løbet til "kom-ud-af-busken"-priser.

Starttid:
10:30: 7,1 km og 2,7 km

Start & mål:
Ved Den Gamle Smedie v. Langesø Slot



Odense ZOO Familieløb (15. juni)

Ta' familien med til Fyns fedeste familieløb! Odense ZOO Familieløb inviterer far, mor og børn med til en sjov og eksotisk motionsoplevelse. Ruterne er på 4 km (børneløbet), 5 km og 10 km, og de går alle gennem Odense ZOO.

Alle deltagere får en gratis pålægsbolle, kildevand, juice samt en energibar, som kan nydes med familie og venner på Engen efter løbet.

Starttid:
17:30: Børneløbet (4 km)

18:00: 10 km

19:00: 5 km

Start & mål:
Engen ved Fruens Bøge



DHL Stafetten i Odense (16.-18., august)

Saml fire kolleger og stil op til DHL Stafetten i Odense! Motionen til DHL Stafetten består i en 5x5 km stafet, som man enten kan gå eller løbe, og når den er overstået, er der lagt op til firmahygge med kollegerne i teltene. Som noget nyt opstiller vi i 2016 en stor studiecamp for byens mange studerende i samarbejde med Syddanske Studerende.

Starttid:
17:15-17:30: 5 km walk

18:30: 5 km stafetløb

Start & mål:
Engen ved Fruens Bøge



Eventyrløbet (5. maj)

Ta' med til Fyns største firmafest og løb med i Nordens største 5 og 10 km løb eller det store børneløb på 2,1 km. Børnene kan desuden se frem til masser af sjove aktiviteter efter løbet. Startnummeret giver også adgang til den store koncert i Kastegården med Joey Moe og Michael Hardinger Band, der sætter punktummet for en eventyrlig motionsfest.

Starttid:
10:00: Børneløbet (2,1 km)

10:30: 10 km

11:15: 5 km

Start & mål:
Start: Odense Idrætspark

Mål: Odense Atletikstadion



Odinsbroløbet (25. juni)

Vi gentager succesen! Den 25. juni kan du løbe over både Odins Bro og Byens Bro, når vi for anden gang afholder Odinsbroløbet. Her kan man vælge mellem 10 km og halvmarathon, og begge ruter er opmålt af DAF. Alle deltagere får en T-shirt og en medalje, og der vil naturligvis være forplejning på ruten (vand og frugt) og i målområdet (vand, frugt, energidrik, energibar mm.).

Starttid:
14:00 10 km

14:15 Halvmarathon

Start & mål:
Havnegade, Odense C

Vis os dit Eventyrløb og vind koncertbilletter

Upload dit billede med #eventyrløbet og deltag i konkurrencen om 2x2 billetter til koncertoplevelser på Posten til efteråret!



- **Konkurrencen løber fra den 13. marts 2016 til og med den 7. maj 2016**
- **Vi udvælger to vinderbilleder, der vil blive annonceret på @ogf_events på Instagram**
- **Konkurrencen er hverken sponsoreret, administreret af eller associeret med Instagram**
- **Læs mere om konkurrencen og dens betingelser på OGF.dk.**

Husk at følge @ogf_events på Instagram

VANDPOSTEN



På Eventyrløbets rute har vi et udendørs regnvandsbassin i Højstrupparken.

VandCenter Syd leverer drikkevand til 156.000 forbrugere og håndterer spildevand i både Odense og Nordfyns Kommune. Klimatilpasning er også et kerneområde – og du kan i artiklen læse, hvordan vi forbereder byområder på fremtidens klimaændringer.
Du kan igen i år slukke tørsten i forfriskende drikkevand hos VandCenter Syds vandpost på Eventyrløbet.

VandCenter Syd klimatilpasser mod fremtidens vildere vejr

Fremtidens klima byder på mere og kraftigere regn, hvilket vi har fået smagsprøver på i den senere tid. Klimatilpasning er for alvor kommet på kommunernes, mediernes og samfundets dagsorden. En af de helt store udfordringer er, at kloaksystemet kommer under pres, når vi får store mængder nedbør, fordi kloakrørene ikke kan rumme de ekstra vandmasser.

VandCenter Syd har i flere år været i gang med at ruste områder i Odense og på Nordfyn mod nuværende og kommende klimaforandringer.

Arbejdet med klimatilpasning kræver ofte, at vi tænker i nye og alternative baner, da de traditionelle løsninger ikke kan stå alene mod det voldsommere vejr.

I klimatilpasningen er der brug for flere forskellige typer af løsninger, hvoraf nogle er kendte, mens andre er relativt nye i en dansk sammenhæng. Fælles for dem alle er dog, at de bidrager til at holde vandet ude af kloakkerne og reducerer risikoen for, at spildevand oversvømmer kældre eller løber ud i åer og vandløb.

Regnvand en ressource

Rent regnvand bliver i de fleste kloakker i dag blandet med beskidt spildevand. Vi bruger i samfundet mange penge og energi på at rense det regnvand, der startede ud med at være rent.

Regnen kan ellers gøre stor gavn på overfladen, hvor den kan bidrage til en grønnere og smukkere by. Den tankegang har VandCenter Syd blandt andet taget med i projekter på Langelinie og i Skibhus-kvarteret i Odense. Her holder vi regnvandet væk fra kloakken, og i stedet gør regndråberne gavn i flotte vejbede, der kan optage regnen.

Lokal afledning af regnvand - LAR, som fremgangsmåden hedder i fagsprog – slår flere fluer med ét smæk, fordi klimatilpasningen kan kombineres med elementer af byfornyelse og trafiksanering. Regnbede på en offentlig vej kan fx fungere som trafikchikaner.
I begge projekter er beboerne med på sidelinjen. I Skibhuskvarteret har vi sammen med Odense Kommune inviteret borgerne til at give en hånd med - ved at de anlægger regnbede i deres private haver. VandCenter Syd tilbagebetaler helt op til 24.000 kr. af det såkaldte tilslutningsbidrag, hvis en grundejer kan holde regnvand på egen grund og væk fra kloakken.

Bassiner skåner åer og vandløb

Et andet redskab i værktøjskassen for klimatilpasning er regnvandsbassiner. VandCenter Syd anlægger bassiner flere steder, hvor kloaksystemet er under stort pres på grund af øgede regnmængder. Et regnvandsbassin kan aflaste kloaksystemet ved kraftigt regnvejr ved at opbevare enten spildevand eller det rene regnvand. På den måde er bassinet med til at mindske risikoen for, at en overfyldt kloak skyder spildevand ud i åer, vandløb og borgernes kældre.

Vidste du at...

Du slukker tørsten i det mest velsmagende vand, når du forsyner dig hos VandCenter Syds vandpost til Eventyrløbet. Det mener i hvert fald en anmelder fra Fyns Stiftstidende, der har vand fra hanen som en klar vinder i en stor vand-test (1/1-2016) - hvor der også blev smagt på kendte og dyre mærker flaskevand.

Eventyrløbet støtter Børnecancerfonden

Ligesom de to foregående år har Eventyrløbet indgået et samarbejde med Team Rynkeby og Børnecancerfonden. Sammen med Team Rynkeby skal Eventyrløbet være med til at rette fokus på Børnecancerfondens indsatsområder, og samarbejdet vækker stor begejstring hos løbsarrangørerne. "Det er en oplagt mulighed for, at vi kan støtte en god sag, og vi er rigtig glade for, at vi kan gentage samarbejdet fra de seneste to år, " udtaler Klaus Winther, løbsleder for Eventyrløbet.

Støt Børnecancerfonden

Børnecancerfonden støtter bl.a. forskningen og behandlingen af kræftsygdomme og hjælper de kræftramte børn og deres nærmeste, når der er brug for det. Med samarbejdet vil Eventyrløbet og Team Rynkeby gøre sit for at give Børnecancerfonden endnu bedre forudsætninger i kampen mod kræft, og den fælles indsats kan forhåbentlig inspirere andre til at følge trop. På Boernecancerfonden.dk kan du se, hvordan du kan give dit bidrag.



Eventyrløbet har for tredje år i træk indgået et samarbejde med Team Rynkeby for at støtte Børnecancerfonden.





Store musiknavne på plakaten

Joey Moe og Michael Hardinger Band udgør det musikalske line-up til Eventyrløbet 2016.

Som sædvanlig byder Eventyrløbet på en storslået musikoplevelse i Kastegården efter løbet. Her er Joey Moe første musikalske indslag på scenen, og det er således den dansk-hawaiianske pop- og R&B-sanger, som i første omgang skal sparke gang i deltagernes ømme ben. Han går på scenen kl. 14:30 på løbsdagen. Herefter står den på nostalgi og fællessang, når Michael Hardinger Band indtager scenen fra kl. 16:15. Bandet består af tre gamle Shubidua-medlemmer samt guitarist B-Joe og bassisten Kim Daugaard, og de spiller en perlerække af klassikere, der nok skal få publikum op af stolene. "Vi er rigtig glade for årets line-up, som må siges at rumme lidt af hvert, og vi håber selvfølgelig, at Eventyrløbets store publikum tager godt imod de musikalske indslag, " lyder det fra Klaus Winther, løbsleder for Eventyrløbet.



Mad Med Sjæl: kvalitet, service og planlægning



Har man bestilt mad i teltet den 5. maj, er der en lækker grillbuffet i vente, når Mad Med Sjæl igen tropper op til Eventyrløbet med højt humør og spændende, gastronomiske bidrag.

Mad Med Sjæl er et fynsk cateringfirma, der hvert år leverer mad til et væld af arrangementer på hele Fyn, og til Eventyrløbet er cateringfirmaet og deres service blevet en fast bestanddel af det tilbud, som gives til de deltagere, der har sikret sig en plads i det store fællestelt.

Intet overladt til tilfældighederne

For at kunne tilpasse sig de mange forskellige typer af arrangementer, lægger Mad Med Sjæl vægt på nogle helt centrale værdier i firmaet. "Hos os er kvaliteten, den gode service og planlægningen i højsædet, og det fokus hjælper os en hel del, når nu vi leverer til så mange forskellige arrangementer, " siger indehaveren af Mad Med Sjæl, Kent Kristensen, der hvert år rykker ud til alt lige fra bryllupper og konfirmationer til julefrokoster og sportsstævner. "Takket være vores topmoderne køkkenvogn kan vi levere maden direkte til døren eller – som til Eventyrløbet – slå os ned på pladsen og forberede maden og servicere deltagerne lokalt, " fortsætter han.

Garanteret god grillmenu

Til årets løb kan de spisende deltagere se frem til en omfattende grillmenu, som nok skal få mundene til at løbe i vand, når spisningen starter kl. 12:30 på løbsdagen. I år står menuen i fællesteltet bl.a. på barbequemarinerede nakkekoteletter, grillkrydrede kyllingefileter, grillede frankfurtere med tilbehør, hjemmelavet kartoffelsalat, tre forskellige variationer af årstidens salater og meget, meget mere. Dermed bør der være noget for enhver smag, hvad end man er til godt kød eller sund salat på tallerkenen. Spisningen i fællesteltet til Eventyrløbet er åben fra kl. 12:30-14.30, og vil man spise med, koster det kr. 110 pr. person. Har man lyst til at booke Mad Med Sjæl til et arrangement, kan man gå ind på firmaets hjemmeside, Madmedsjael.dk, og få et uforpligtende tilbud på mad og servicering hertil.



Support kan man ikke få nok af



Paw Jakobsen fra Energi Fyn uddeler samlet en million kroner til mere end 450 fynske klubber og foreninger, som er med i Energi Fyns sponsorordning FynskSupport.

Mere end 450 fynske klubber og foreninger modtager i år penge fra Energi Fyns sponsorordning FynskSupport. Penge, som den enkelte klub eller forening kan gå ud og investere i lige netop den ting eller de aktiviteter, den har lyst til.

- Som fynboernes energiselskab er det vigtigt for Energi Fyn at støtte op om mangfoldigheden i det fynske foreningsliv. Med vores sponsorordning FynskSupport støtter vi foreningslivet bredt på Fyn og på tværs af aktiviteter, fortæller Martin Lausen, kommerciel-direktør hos Energi Fyn.

Støt din klub - Energi Fyn betaler

Mange fynboere støtter det fynske foreningsliv gennem sponsorordningen FynskSupport og det vel at mærke uden, at det koster dem ekstra. Energi Fyn betaler nemlig 2 øre pr. forbrugt kWh og 6 øre pr. forbrugt m^3 gas.

- Det lyder måske ikke af meget. Men en typisk husstand bruger omkring 4000 kWh el om året, så det bliver hurtigt til en del penge, fortæller Martin Lausen.

En populær ordning

Der er stor forskel på, hvor meget den enkelte klub og forening har optjent. De mest aktive klubber kan glæde sig over en check på mere end 30.000 kr., mens andre klubber kun lige er startet op.

- Klubberne har virkelig gjort en stor indsats og med stort engagement udbredt sponsorordningen FynskSupport blandt deres medlemmer, naboer, virksomheder og andre, der kunne tænkes at støtte op om klubbens aktiviteter via deres el- og gasforbrug, siger Martin Lausen.

Antallet af supportere er steget stødt, siden FynskSupport-ordningen startede op i 2011.

- Det beløb, som vi udbetaler, er fordoblet siden 2012. Så FynskSupport er helt klart en succes både for det fynske foreningsliv og for Energi Fyn, fortæller Martin Lausen.

Du kan læse mere om FynskSupport og se hvilke klubber og foreninger, du kan støtte på www.energifyn.dk/fynsksupport.

Vind et gavekort til lækkert løbeudstyr

Energi Fyn sponsorerer igen i år Eventyrløbet og trækker lod om 2 gavekort til lækkert løbeudstyr fra Multiatleten blandt dem, der tilmelder sig Energi Fyns nyhedsbrev inden den 6. maj 2016. Du tilmelder dig på www.energifyn.dk/nyhedsbrev.

Aut. el-installatør
Alt elektrisk
Ubbe EFTF
industriteknik i/s
www.industriteknik.dk
info@industriteknik.dk
66 12 38 38 - 66 12 66 56

Revision
Bogføring
Regnskab
Rådgivning
Selvangivelser
Skat



Revision Steen Aagaard
Statsautoriseret revisor
Landbrugsvej 4 - 5260 Odense S
Tlf: 66 19 31 25 Fax: 66 18 40 08
E-mail: steen@p-soelyst.dk

FOA ODENSE

FOA

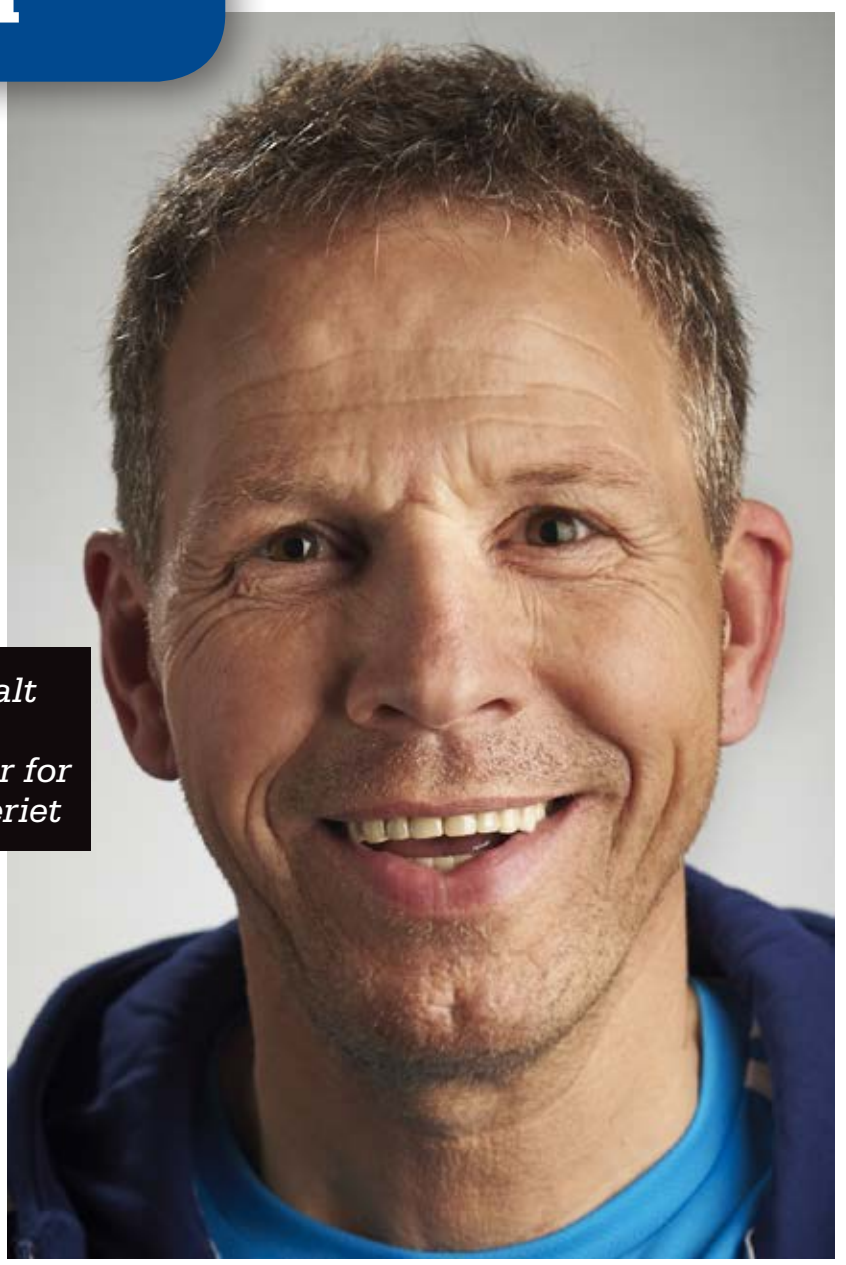
SAMMEN
GØR VI FORSKELLEN

Vi ses til Eventyrløbet
5. maj 2016

Vesterbro 120 . 5000 Odense C . Tlf.: 46 97 18 00
www.foa.dk/odense

Fyns Serviceudlejning
Brændekildevej 60, 5250 Odense SV
Tlf. 66111199 – Vagt 20111199
www.fsu.dk – fsu@fsu.dk
Landets største udlejningsforretning inden for borde, stole og service, med en kapacitet på over 10.000 kuverter.
Telte i 3-6-10 og 12 meters bredde
Vi dækker Danmark

Løbsleder har ro på



Klaus Winther melder alt klar til det kommende Eventyrløb, som slipper for gener af letbane-byggeriet

Af Claus Falkenby

Mens der graves, ensrettes eller lukkes gader flere steder i Odense i øjeblikket på grund af den kommende letbane, får det ingen indflydelse på Eventyrløbet, hvor alt er næsten ved det gamle til løbet Kristi himmelfartsdag den 5. maj.

- Ruten er den samme som sidste år, lover løbsleder Klaus Winther, der dog er lidt i tvivl om, om der skal ofres penge på at sætte et ekstra stillads op af sikkerhedshensyn under Rismarksvejbroen, der er ved at blive renoveret. Det var påkrævet i fjor, og det kostede et pænt beløb ekstra, for at 10 km-løberne kunne passere under broen uden risiko for, at der faldt ting og sager ned i hovedet på dem. Men det ofrer han gerne for løbernes sikkerhed, der har højeste prioritet.

Når Eventyrløbet har 40 års jubilæum næste år, er Klaus Winther dog ikke sikker på, at der ikke sker omlægninger af ruten, fordi letbanen blandt andet skal anlægges på Højstrupvej og gå forbi fodboldstadion, hvor løbet startes. Så det kan blive nødvendigt at flytte startområdet, men de helt store ændringer tror han dog ikke kommer på tale, da størstedelen af både 5 og 10 km-ruten jo foregår på gang- eller cykelstier ude i de grønne områder.

Styr på løbet

Ellers er der godt styr på det forestående Eventyrløb, som Klaus Winther for sjette gang skal stå i spidsen for, så han har efterhånden oparbejdet en vis rutine.

- Men der er naturligvis altid lidt nerver på lige op til løbet, siger løbslederen. De helt store overraskelser er han dog hidtil sluppet for, fordi forberedelserne i styregruppen har været så grundige, og støtten fra de flere hundrede hjælpere på selve dagen fantastisk. Styregruppen mødes jævnligt for at planlægge det store motionsarrangement, og det skaber en vis ro.

- Det er dog nødvendigt at forny sig lidt hvert år for at fastholde deltagerne i den hårde konkurrence i en tid, hvor der bliver arrangeret flere og flere motionsløb, mener Klaus Winther.

Musikalske trækplastre

Som gode trækplastre i år nævner han, at der bliver en dobbeltkoncert med to store musikalske navne efter løbet. Både Joey Moe og Michael Hardinger Band underholder i hver to fulde koncerter, og ved sceneskiftet mellem de to er der præmieoverrækkelse.

Op imod 80 procent af deltagerne i Eventyrløbet stiller op for et firma- eller skolehold, og der er skabt tradition for, at de sætter deres eget telt op på området omkring stadion og hygger sig med øl, vand og pølser.

OGF tilbyder dog som en let alternativ løsning, at holdene kan købe sig til en færdig pakke, hvor telt, mad og drikkelse leveres, uden at firmaer og skoler behøver at røre en finger i forvejen. Tilbuddet med et stort fællestelt på cricketbanen med musikken i baggrunden, håber Klaus Winther bliver mere udbredt ligesom ved DHL Stafetten.

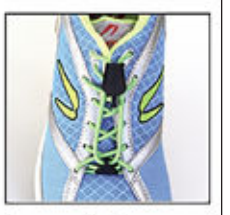
Fortsat fortræning

Arrangørerne har overvejet at droppe fortræningen, da der ikke dukker så mange op til denne som tidligere på grund af de mange løbsaktiviteter rundt omkring. De er dog blevet enige om at fastholde tilbuddet med fortræning to gange om ugen, hvor der trænes på den rigtige Eventyrløbsrute som tidligere med start i går plus tre gange løbetræning fra Middelfart Sparekasse på Dalumvej.

Og de ekstra flittige kan også få benene i gang i "Løb med avisen", idet denne træning fortsætter ind i juni, hvor der blandt andet bydes på Odense ZOO Familieløb og broløb over både Odins Bro over kanalen og Byens Bro over jernbanen på begge distancer.

Men først gælder det det gode, gamle Eventyrløb, som Klaus Winther håber vil samle mindst lige så mange løbere som i fjor, hvor der var 15.100 tilmeldte på 5 km og knap 6000 på 10 km. Og så var der ikke at forglemme 1591 tilmeldte til børneløbet - en deltagerrekord, som lover godt for fremtidens Eventyrløb.

WRIGHTSOCK



Wrightsock er designet med dobbelt lag, så man undgår gnidninger mod huden og vabler. Inderste lag blødt, ufarvet og hudvenligt.

Yankz er et elastisk og komfortabelt snørebåndssystem til alle skotyper. Der findes to systemer, Surelace system findes med sort eller hvidt spænde og Slacklace system ligner almindelige snørebånd. Systemerne og designet gør, at du aldrig skal binde snørebånd igen "Never tie laces again" og gør skoskifte let.

Se mere på wrightsock.dk



Footing
Bellingevej 73 • 5250 Odense SV
Tlf. 2424 5949 • info@@wrightsock.dk

maag VVS
AUTORISERET VVS-INSTALLATØR
TLF. 30 26 88 15
www.maagvvs.dk
Nul bøvl og ballade
VVS MESTER
TRYGHED · SIKKERHED · GARANTI

Murermester
Poul
"SKIPPER"
Lund Nielsen
Næsbyvej 89, 5270 Odense N
Telefon: 40 35 09 14
Mail: skipper@nalnet.dk

Styrk din krop til de fysiske udfordringer

Tilbud uge 18
20% på alle solprodukter
20% på kosttilskud med Magnesium
Aflever annoncen med navn og mobilnummer og deltag i lodtrækningen om:
1 * Apotekets Magnesium
1 * Apotekets solspray faktor 30

Albani Apotek
Albanigade 54 F - 5000 Odense C
Tlf. 66 12 08 63 · Mail: albani@apoteket.dk
Parkering ved alle enheder

Folkebos Apoteksudsalg
Hjallesevej 207
5230 Odense M
Tlf. 66 11 57 52

Næsby Apoteksudsalg
Bogensevej 49
5270 Odense N
Tlf. 66 18 02 72

Humør- og energibombe



72-årige Lone Krum, har gennemført ni ironman, er tidligere verdensmester for 55-59-årige og er stadig superaktiv døgnet rundt

Tekst- og foto: Claus Falkenby

Hun står op hver morgen klokken 5, og så løber hun en lille morgentur på tre og en halv kilometer. Derefter cykler hun ud til Odense Gymnastikforenings klubhus på Stadionvej og leder en times motionsgymnastik. Efterfølgende er hun instruktør på en times halvhård spinning, inden der er tid til en velfortjent frokost- og kaffepause med motionsholdene.

Sådan går alle hverdage for Lone Krum, der om fredagen dog holder til i FKS-hallen i Højme, hvor hun også leder et gymnastikhold tirsdag eftermiddag. Mandag aften i vinterhalvåret hjælper hun desuden til som gruppeleder i "Løb med avisen", og om lørdagen løber hun omkring seks kilometer, og søndagen står som regel på en cykeltur. Når vinter bliver til forår skifter hun spinning ud med udendørs cykling hver tirsdag og torsdag som leder af et af OGF´s cykelhold.

Glemte vi at fortælle, at den lille aktive pensionist såmænd bare er 72 år?



Velkommen i Odense Bowlinghal

Vi danner gerne rammen om jeres næste familieudflugt, by-tur, hygge med vennerne eller fest.
Kontakt os på nedenstående nummer eller email – så sender vi jer et godt tilbud.

Vi ses i Odense Bowlinghal



Odense Bowlinghal, Møllemarksvej 80 – 5200 Odense V
Telefon: 66168113 | Mail: info@odensebowlinghal.dk

Masser af motion

Idræt og motion har alle dage været en fast bestanddel af Lone Krums hverdag. Som yngre spillede hun meget håndbold, fodbold og badminton, men senere fik hun smag for løb. Det var blandt andet det første Eventyrløb i 1978, der trak, og siden har hun gennemført samtlige Eventyrløb, og hun stiller da også op til det 39. af slagsen på Kristi himmelfartsdag. Det foregår aftenen før i forbindelse med arrangørløbet, for på selve dagen skal hun naturligvis hjælpe til med at udlevere drikkelse og æbler til de trætte løbere i væskedepotet.

I gang med Eventyrløbet

De første mange år var der kun 10 kilometer på programmet, som hun gennemførte lige under en time (59.58). Men i de senere år har Lone Krum nøjes med 5 km. Eventyrløbet var det, der ligesom satte løberiet i gang.

Hun meldte sig ind i OGF og blev efter eget udsagn rigtig godt modtaget. Det blev til træning med kammeraterne to-tre gange om ugen, og det gav blod på tanden til mere. Hun prøvede kræfter med først halvmaraton, og senere debuterede hun også på maratondistancen (42,195 km) i forbindelse med OK Danmark-løbet i Odense med tiden 4.11 i 32 graders varme.

Det blev startskuddet til endnu flere maratonløb i blandt andet København, Hamburg, Berlin, Athen, Frankfurt, London, København, på Cuba og den kinesiske mur, foruden Odense.

56 maratonløb

56 maratonløb er det blevet til inklusive dem, der indgår i en ironman. For mere vil jo have mere, og efterhånden fik Lone Krum også lyst til at prøve kræfter med triatlon med både svømning, cykling og løb. Hun meldte sig ind i Odense Triatlon Klub og deltog i en minitriatlon i 1989.

Året efter blev det til en halv ironman, og i 1992 debuterede hun på en fuld ironman i Røde Kro i Sønderjylland. De 3,8 km svømning, 180 km cykling og 42,195 km løb blev gennemført på 14 timer og fem minutter. Det blev til i alt ni ironman, og kronen på værket blev et verdensmesterskab i veteranklassen for 55-59-årige i Fredericia med 13.35 i 2001.

- Det blev den sidste ironmand, jeg gennemførte, for en ironman kræver masser af træning hver dag i både svømning, cykling og løb, og det er hårdt for kroppen, siger Lone Krum, der med sit nuværende høje aktivitetsniveau langtfra har trappet helt ned. Hun nøjes dog med kortere distancer, og det tidligere meget hårde løb er i højere grad skiftet ud med cykling.

Lyt til kroppen

- Man skal lytte til sin krop, lyder det snusfornuftigt fra Lone Krum, der med sit altid gode humør også er kendt som lidt af en humørspreder. Hun har altid en venlig bemærkning og er altid meget hjælpsom over for klubkammeraterne.

Hun arbejdede tidligere som hjemmehjælper, men senere blev hun lederuddannet indenfor gymnastik, spinning og vandgymnastik, og idræt og motion opsluger i dag en stor del af hendes vågne tid.

Mange store oplevelser

Hun prøvede en ironman første gang som 46-årig og stoppede først med den barske idrætsgren som 56-årig. Idrætten og OGF giver hende stadig mange store oplevelser, og derudover bruger hun tid på at passe på de unge i Odenses natteliv som natteravn en gang om måneden.

- Det er aldrig for sent at komme i gang, lyder det fra den lille superaktive 72-årige kvinde, som langtfra er gået på pension.



Mogens "Rør" Nielsen og Birgit Nancke har i mange år været store støtter for Eventyrløbet.

Mogens snakker – og handler

Parret Mogens Nielsen og Birgit Nancke har i mange år være en god støtte for OGF og Eventyrløbet

Tekst og foto: Claus Falkenby

"Mogens snakker, snakker og snakker" er overskriften på et avisudklip i OGF´s skurvogn, som bruges af juletræssælgerne hvert år i december.

Der tænkes sikkert på initiativtageren til klubbens mangeårige juletræssalg, Mogens "Rør" Nielsen, der sammen med Knud Erik Meier har stået bag aktiviteten i samtlige 29 år.

Og det er ganske rigtigt, at Mogens godt kan lade munde løbe, men han nøjes ikke med det. Han er også meget arbejdsom ved flere af OGF´s arrangementer, herunder Eventyrløbet, som han selv deltog i som løber de første år af løbets tilblivelse. Det førte til, at han meldte sig ind i OGF, og i oktober 1980 gennemførte han sit første og eneste maratonløb i Athen samtidig med, at OGF fejrede 100 års jubilæum. Han fortsatte dog med løbetræningen og deltagelse i kortere motionsløb.

Styr på vandet

Efterhånden blev Mogens selv involveret som løbsarrangør, og i mere end 30 år sad den oprindeligt VVS-uddannede løber i Eventyrløbets styregruppe med særligt ansvar for vand og sanitet, og senere var han meget involveret i at skaffe de musikalske indslag efter løbet. Det gælder også den såkaldte Eventyrrock , der i tre år fra 2004 – 2006 bød på koncert med op til tre musiknavne om fredagen – dagen efter løbet.

Efter at have fundet en afløser trak Mogens "Rør" sig ud af styregruppen for omkring fem år siden, men han hjælper stadig til med løbets afvikling og på alle andre områder i klublivet uden dog at have nogen valgte lederposter. Mogens kan bedst lide at arbejde i kulissen, men det er dog en kendsgerning, at han er en stor arbejdskraft ved mange forskellige klubaktiviteter.

Mange aktiviteter

Udover Eventyrløbet og juletræssalget har Mogens været involveret i det tidligere OK Danmark-Løbet (det senere Faxe Kondiløbet), etapeløbet Odense Løbet, og han er fortsat aktiv hjælper ved Odense ZOO Familieløb (det tidligere OGF Kvindeløb) samt ved DHL-stafetten.

Mogens Nielsen, som i dag driver udlejningsejendomme i Odense, har gennem alle årene kæmpet for gode faciliteter til klubbens medlemmer, og han har også haft en stor finger med i spillet ved byggeriet af OGF´s velplacerede klubhus ved atletikstadion på Stadionvej.

Mogens "Rør" Nielsen har i den grad arbejdet i kulisserne, men den motion, der i sin tid startede som meget løb, er i dag begrænset til lidt gymnastik, spinning, gang og svømning.

50 år i klubben

Medlemsskabet af OGF førte også til, at Mogens her traf Birgit Nancke, som han nu har været gift med i 22 år. Birgit har en endnu længere fortid i klubben, idet hun har været medlem i snart 50 år. Hun startede som gymnast på børneholdet som femårig og senere blev det til Grand Prix- og elitegymnastik. Birgit blev også instruktør for forskellige hold, og i mange år var hun opvarmer til Eventyrløbet.

I 1987 begyndte Birgit at løbe i motionsafdelingen, og det bliver stadig til lidt løb hjemmefra. Desuden leder hun et hold i Skt. Klemens og dyrker selv gymnastik på et damehold i Bellinge.

På lederfronten har hun tidligere siddet i gymnastikafdelingens bestyrelse bl.a. som kasserer og sekretær samt været medlem af OGF´s bladudvalg i flere år.

Birgit er læreruddannet, men er i dag ansat på deltid som daglig leder i NGIF Gymnastik & Atletik og hjælper desuden til med det administrative arbejde i udlejningsvirksomheden.

Selv om Birgit i dag er aktiv i andre foreninger, banker hendes hjerte fortsat for OGF, og Eventyrløbet har hun ikke sluppet. Hun sidder i dag som koordinator for Eventyrløbets Børneevent.

Parret Nielsen og Nancke har således gennem mange år været en del af foreningen og på forskellige måder hjulpet til med afviklingen af Eventyrløbet.



- Eventyrløbet er jo for alle, så uanset om man kommer for at løbe eller for at nyde det gode selskab over en gratis pølse og en fadøl, opfordrer vi vores medlemmer til at deltage," siger Christina Bank.

FOA Odense deltager som altid i Eventyrløbet, og opfordrer alle afdelingens medlemmer til at tage del i festlighederne d. 5. maj.

Med FOA Odense til folkefest

Forberedelserne til årets Eventyrløb er i fuld gang i FOA Odense, der hvert år tilbyder medlemmerne en god optakt og en række fordele i relation til deltagelse. Tilbuddene omfatter bl.a. betaling af startnummer samt mad og drikke efter løbet.

Alle kan være med

FOA Odense har været en fast bestanddel af Eventyrløbet i mange år, og i 2016 fortsætter traditionen, der også appellerer til andre end de hårdkogte motionister. Ud over selve løbet er der som sædvanlig både dobbeltkoncert og børneaktiviteter til Eventyrløbet, og løbet henvender sig derfor – i højere grad end mange andre motionsløb – til det brede publikum. "Vi lægger et stort arbejde i at sikre vores medlemmer en god oplevelse på dagen. Eventyrløbet er jo for alle, så uanset om man kommer for at løbe eller for at nyde det gode selskab over en gratis pølse og en fadøl, opfordrer vi vores medlemmer til at deltage" siger Christina Bank, fællestillidsrepræsentant på OUH og bestyrelsesmedlem i FOA Odense. Hun dyrker selv det løbefællesskab, der etableres i afdelingen før og under Eventyrløbet, og i privaten spiller motionen da også en vigtig rolle for den 44-årige tillidsrepræsentant. "Jeg løber for mig selv tre gange ugentligt. Ud over det åbenlyse incitament til at holde formen ved lige hjælper motionen mig også med at koble af oven på en lang arbejdsdag. Derfor ser jeg også vores deltagelse i Eventyrløbet som en sund afveksling til mit eget motionsliv, og det er både en sjov og en uformel måde at komme tættere på mine kolleger og vores medlemmer på, " fortæller hun.

Mangfoldige medlemstilbud

Det er dog ikke kun motionsløb, FOA Odense inviterer til. Forbundet søger også at engagere medlemmerne i det årlige aktivitetsprogram. Fagforbundet planlægger derfor en bred vifte af medlemsarrangementer af enten kulturel, idrætslig eller social karakter. Ud over at deltage i store firmaevents som Eventyrløbet og DHL Stafetten arrangerer man busture til seværdigheder i hovedstaden, besøg på lokale kunstgallerier og meget, meget mere. "Vi vil gerne sikre os, at alle vores medlemmer får gavn af vores tilbud. Det er derfor helt essentielt for os, at det enkelte medlem kan se sig selv i et eller flere af de arrangementer, vi hvert år planlægger, slutter Christina Bank.

Tilbud til alle!

OGF Atletik

Odense Atletik vil gerne give alle muligheden for at opleve atletik - løb, spring og kast. Atletikken indeholder de grundlæggende færdigheder for alle og er grundlaget for al idræt. Atletik er en af verdens mest historiske idrætter. Hos os kan man være med for at vinde eller bare være med.

Odense Atletik/OGF er til for alle, der gerne vil dyrke grundlæggende idræt og dermed atletik.

Kom med på vores hold

Når det kommer til at udøve atletik, dækker vores hold alles ønsker om at træne og udvikle sig inden for sporten.

- Bjørneatletik, 4-5 årige (med forældre)
- Bjørneatletik, 6-7 årige • Børneatletik, 8-11 årige
- Ungdom, 20-16 årige • Junior, 16-19 årige
- Senior • Masters

www.ogf.dk/atletik

Kontakt **Odense Atletik/OGF**
Stadionvej 43, 5200 Odense V
Tlf. : 65 91 57 13 · jeppesen.atletik@ogf.dk

OGF Gymnastik

Gymnastikafdeling tilbyder gymnastik for alle fra 0-100 år

Vi tilbyder en bred vifte af gymnastikhold:

Børnehold som Mor-Far-Barn, Krudtugler og springhold for både piger og drenge.

Inden for konkurrencegymnastikken tilbyder vi:

Trampolin – Tumbling – TeamGym

Her har vi tilbud med hold lige fra begynder til elite.

Vi tilbyder også hold med motionsgymnastik både for damer og herrer.

Den kommende gymnastiksæson starter 1. september 2016 og vil blive annonceret på hjemmesiden den 1. august 2016

Tilmeldingen til holdene åbner også den 1. august 2016.

www.ogf.dk/gymnastik

Kontaktperson **Thomas Hansen**
Formand
khth@mail.dk

OGF Motion

Oplevelse, Glæde, Fællesskab

Den bedste beslutning i dit liv

Det er en god beslutning at vælge at dyrke motion, den bliver endnu bedre i OGF motion. Hos os koster det under 1,50 kr. om dagen. Du får for ét og samme kontingent tilbud om at kunne dyrke løb, cykling (både MTB og racer) og stavgang.

I OGF motion kan du desuden i vintersæsonen tilkøbe indoor-cycling og cirkeltræning.

OGF motion er god træning, godt socialt samvær og ægte fynsk hygge.

www.ogf.dk/motion

Kontaktperson **Annemette Lønbo (Formand Motion)**
Tlf. 5190 3061
amloenbo@gmail.com

OGF Tværidræt

De fleste af Tværidrætslig Afdelings medlemmer er meget aktive 60+ medlemmer og vi tilbyder følgende aktiviteter:

En ugentlig bridgeeftermiddag

Wogging (hurtig gang) 4 gange om ugen

Badminton 1 formiddag om ugen

Musikalsk sammenspil 1 formiddag om ugen

Billard 1 formiddag om ugen.

Til disse aktiviteter er der altid plads til flere!

Vi har desuden mange sociale arrangementer, bl.a. en årlig Ø-tur, virksomhedsbesøg, museer, kirkegårdsvandring, vandringer rundt på Fyn i vinterhalvåret, m.m.

Gode ideer og nye medlemmer er altid velkomne!

www.ogf.dk/tvaeridraet

Kontaktperson **Birte Hviid**
Tlf. 20 95 51 11
birtehviid@dsa-net.dk



Træn dig op til Eventyrløbet

Odense Gymnastikforening inviterer til gratis fortræning op til Eventyrløbet, hvor motionister på alle niveauer er velkomne. Fra den 12. marts til og med den 30. april trænes der både onsdag og lørdag.

Eventyrløbet nærmer sig med hastige skridt, og Odense Gymnastikforening står klar med et gratis træningstilbud, der klæder dig godt på til udfordringerne på Kr. Himmelfartsdag.

I år starter fortræningen lørdag den 12. marts kl. 10:00 fra Atletikvejen foran tribunen til Odense Atletikstadion. Herfra er der træning hver onsdag kl. 18:30 samt hver lørdag kl. 10:00 helt frem til den 30. april. Tre gange - d. 6., d. 13. og 20. april - starter fortræningen fra Eventyrløbets hovedsponsor, Middelfart Sparekasse, på Dalumvej.

Noget for enhver smag

Til Eventyrløbets fortræning løber man i grupper fordelt efter træningstempo på henholdsvis 5,00 min, 5.30 min., 6,00 min. og 6.30 min. pr. kilometer. De øvrige grupper - 7.00 min., 7.30 min. og 8.00 min. - kører efter træningsprogrammerne fra Løb med avisen. Eventyrløbsruterne benyttes så vidt muligt, Fortræningen er et tilbud til alle, der har mod på en god motionsoplevelse i månederne op til Eventyrløbet, og træningen tilgodeser alle niveauer.

Snør løbeskoene og nyd fællesskabet

For nogle kan være svært at finde motivationen og selvdisciplinen til at træne selv, og fortræningen fungerer som et godt alternativ til dem, der 'trigges' af det sociale element i træningen. Ud over motionen og det sociale samvær vil der til hver fortræning også være lodtrækning om sportstasker fra Middelfart Sparekasse, mens Føtex på Vesterbro sponsorerer æbler til alle træninger. "For de fleste er det en stor social oplevelse, når vi samles for at træne op til et fælles mål, som Eventyrløbet er i den her sammenhæng. Der bliver både opmuntret og hyggesnakket ude på ruterne. Og efter træningen mødes vi til lidt frugt og drikkevarer ved OGF's klubhus, hvor der selvfølgelig også er mulighed for omklædning og bad. Vi håber på at se så mange som muligt, når vi starter op lørdag den 12. marts, " slutter løbsleder Klaus Winther. Man kan læse mere om fortræningen på OGF.dk.

Bogenseløbet
lørdag d. 11. juni 2016 har
10 års jubilæum

Bogenseløbet begyndte oprindeligt for 80 år siden. Daværende Bogense Idrætsforening startede et by-stafetløb Bogense rundt. 4 etaper på tilsammen 5 km.
I 2007 eller for 10 år siden besluttede løbskomiteen i Bogense Gymnastikforening at lave et tidsvarende mere moderne løb. De fandt sponsorer, bookede tidtagning, lavede en hjemmeside og der kom 250 deltagere.
I 2008 blev ruterne DAF opmålte og deltagerantallet steg til det dobbelte. Og siden da har ca. 1000 løbere årligt deltaget i Bogenseløbet, der er meget stolt af at være det smukkeste løb i Danmark.

I 2016 har Bogenseløbet 10-års jubilæum og det skal fejres med flere overraskelser:

- De allermindste, 3-7 år, bliver tilgodeset lørdag d. 11. juni. De får deres egen udgave af Bogenseløbet. Løbet har stor lokal opbakning. Mange familier og firmaer har gjort det til en tradition at deltage. Med et særskilt børneløb håber Bogenseløbet på at kunne skabe en ny tradition og en endnu bedre oplevelse for både børn og voksne. Børneløbsruten er 2,4 km og starter fra Torvet, går igennem byens gågader til Bogense Rådhus. Videre ad Æbeløgade og Stegøvej til Havfruestien. Stien forlades ved Bogense Kirke og ruten fortsætter forbi Den Gamle Købmandsgård tilbage til Torvet. Ruten er afmærket og bemandet af ekstra mange poster. Sikkerheden er tip top og hvert barn må have følge af en voksen. Alle børn får en medalje og der er pokal til pige / dreng nr. 1, 2 og 3. Der er spurtpræmier og lodtrækning på startnumrene. Nøjagtig som hos de voksne. Børneløbet starter kl. 9.30 og slutter kl 10.30 med præmieoverrækkelse
- Alle løberne varmes op ved Kenneth Weng Madsen. Opvarmningen bliver med en skøn blanding af breakdance, zumba og Hit Fit. Kenneth vil sprede en masse energi til alle på hele Torvet.
- Bogense Gymnastikforening står klar til at lege og underholde de mindste. Temaet er "Spring og vær glad"
- Ude på ruten mødes løberne af fede rytmer. Kim Johansen står klar med musikken.
  10 km løberne får en fantastisk udsigt over vandet og Gyldensteen Strand. 5 km løberne kommer omkring golfbanen og igennem den grønne skov.
- På Torvet er stemningen som altid hyggelig. Der er musik samt mulighed for at købe grillpølser, øl og vand.

Der er med andre ord lagt op til en rigtig hyggelig dag for hele familien ved Bogenseløbets 10-års jubilæum.



Odinsbroløbet 2016



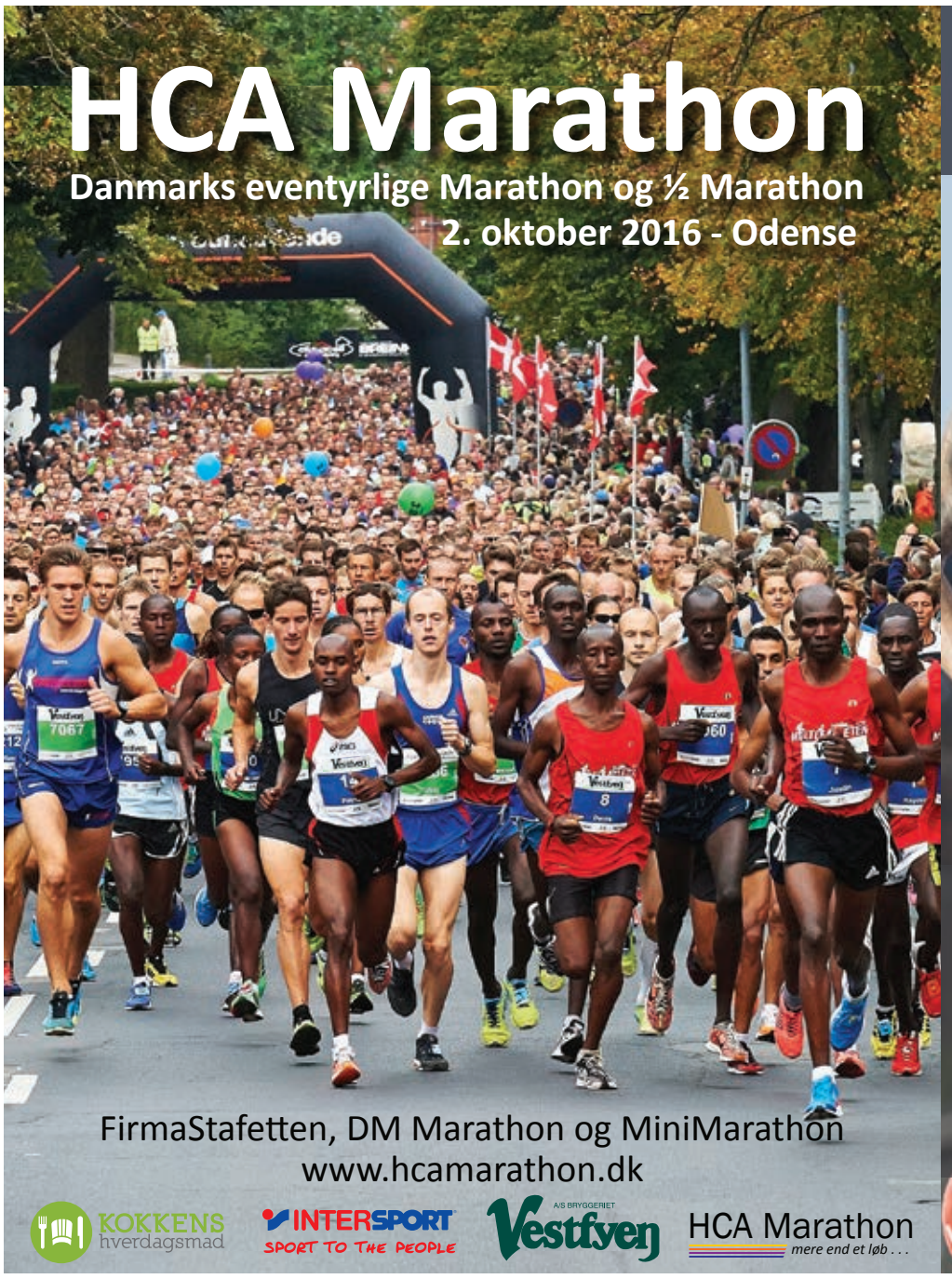
OGF Events er medarrangør af byløb på 10 km og halvmaraton over to broer på den sidste lørdag i juni

af Henrik Lund Jensen

Løbere elsker broer, og alle kender løbene over Lillebælt og Storebælt. Sydfyn har et løb over tre broer, og nu vil Odense også lege med - igen. OGF Events er med som arrangør af det odenseanske broløb, der med et nyt ruteforløb vender tilbage efter to år. Lørdag den 25. juni skydes den 2. udgave af Odinsbroløbet i gang. Efter 2014-udgaven, der var en del af indvielsesfesten i forbindelse med den nye broforbindelse over Odense Kanal, var 2015 et pauseår. Nu er det nye broløb en attraktiv afløser og et arrangement, som forventes at være holdbart i mange år og dermed blive en fast tradition i byen på lige fod med Eventyrløbet og DHL Stafetten.

Samtidig bliver den nye, ændrede udgave af det store by- og broløb en markering af de hastige forandringer, som præger Odense i disse år. Løbet afvikles som det første Odinsbroløb i et samarbejde mellem OGF Events og H.C. Andersen Marathon. Løbet får start og mål i Havnegade og går gennem Odenses bymidte, langs havnen og over kanalen. Løberne passerer den nye Byens Bro undervejs.

Det er foreløbig planen, at løbet skal afvikles hvert andet år. Rutemæssigt bliver det attraktivt med de to broer, og arrangørerne har planlagt en rute, der også passerer gennem en del af bymidten. Jernbanegade, Vestergade, Overgade. H.C. Andersen kvarteret og Nørregade vil blive en del af oplevelsen for deltagerne. Det forventes, at omkring 4.000 løbere stiller op den 25. juni. Da Odinsbroløbet blev afviklet for to år siden, gennemførte 4.700 løbere de to distancer.





Deltag i Eventyrløbet

– og se alle resultaterne i Fyens Stiftstidende



PRØV AVISEN GRATIS I 21 DAGE

BESTIL AVISEN

Bestil på fyens.dk/21dage

Få et tilmeldingslink på din mobil:
Send **FS JATAK** til 1239 (det koster alm. SMS-takst)

Fyens Stiftstidende
dækker verden, dyrker Fyn








SUPPORT
KAN MAN IKKE FÅ NOK AF

Støt din klub med dit el- og gasforbrug

Når du køber FynskSupportEl eller FynskSupportGas, støtter Energi Fyn din klub eller forening med 2 øre/kWh el og 6 øre/m^3 gas, du bruger. Det koster dig ikke noget. Energi Fyn betaler.

Med Energi Fyns sponsorordning, FynskSupport, får du lidt mere for dine penge. Nemlig kontant støtte til din klub. I 2015 optjente de fynske klubber og foreninger med deres supporteres hjælp 1 million supportkroner. Det gør en forskel!

Læs mere på energifyn.dk/fynsksupport.

Vind
2 x 1.000 kr. til Multiatleten
Tilmeld dig vores nyhedsbrev på www.energifyn.dk og deltag i konkurrencen.

EnergiFyn

Sanderumvej 16, 5250 Odense SV, Tlf. 63 17 19 00, www.energifyn.dk