

OK Denseln

MÖJLIGHETERNAS KLUBB

månadsblad januari 2023

Vånga – Kimstad – Norsholm – Skärkind – Skärblacker - Norsholm – Kimstad – Vånga

postadress: **Orgavägen 2, 617 31 SKÄRBLACKA.**

bankgiro 552-7973.

e-postadress: okdenselnkansli@gmail.com

hemsida: www.denseln.se

NYHETER - PÅMINNELSER - MEDDELANDEN

60+

Våra träffar på torsdagarna består, Mårn kl. 9.30 gäller för promenad eller bara komma för att vara sociala och ta en fika.

12/1	Inger A / Bo A
19/1	Kristina K / Stig K
26/1	Margareta K / Kjell K
2/2	Christina P / Kent P

**Vi välkomnar alla 60+ och daglediga.
(Även icke Denselnmedlemmar välkomna)**

BINGO
*LOTTO

**Vi fortsätter Bingolottoförsäljningen även under våren 2023 vid ICA Super-market.
Försäljning av lotter: Lördagar 12.00-15.00.
Spelet är nu i Sjuan på lördagar.**

7/1
14/1
21/1
28/1

För avhämtning av Bingolottoväskan kontaktas Anneli Borg, 0725-75 28 98.

Kontakt ska ske **senast onsdag kväll** den vecka man ska ansvara.

Ekonomigruppen

OK Denseln i Vinter

8 januari är det söndagsdistanslöpning i Kvarsebo.

13-15 januari är det läger i Göteborg.

29 januari vår första hemlängtan för vintern.

Torsdagsmat efter träningen 19:00-20:00



Januari 2023

1	V52 söndag	
2	V1 måndag	
3	tisdag	18:00 Löpning, Mårn 19:00 Styrka, Mårn
4	onsdag	
5	torsdag	18:00 Löpning i skog, Mårn
6	fredag	
7	lördag	
8	söndag	10:00 Löpning Kvarsebo IP (Sara A) 11:00-13:00 Fika Kvarsebo IP (Sara A)
9	V2 måndag	18:00 Intervall, Krokhagens IP
10	tisdag	18:00 Löpning, Mårn 19:00 Styrka, Mårn
11	onsdag	
12	torsdag	9:30 60+, Mårn 18:00 Nattcup, Mårn (Hans B)
13	fredag	GBG-läger
14	lördag	GBG-läger
15	söndag	10:00 Löpning, Mårn GBG-läger 11:00-14:00 Fika i stugan, Mårn
16	V3 måndag	18:00 Intervall, Krokhagens IP
17	tisdag	18:00 Löpning, Mårn 19:00 Styrka, Mårn
18	onsdag	
19	torsdag	9:30 60+, Mårn 18:00 Löpning i skog, Mårn 19:00-20:00 Mat efter träningen, Mårn (BK&ME)
20	fredag	
21	lördag	
22	söndag	10:00 Löpning, Mårn 11:00-14:00 Fika i stugan, Mårn
23	V4 måndag	18:00 Intervall, Krokhagens IP
24	tisdag	18:00 Löpning, Mårn 19:00 Styrka, Mårn
25	onsdag	
26	torsdag	9:30 60+, Mårn 18:00 Nattcup, Finspång
27	fredag	
28	lördag	
29	söndag	10:00 Hemlängtan till Mårn (Maria B) 11:00-14:00 Fika i stugan, Mårn
30	V5 måndag	18:00 Intervall, Krokhagens IP
31	tisdag	18:00 Löpning, Mårn 19:00 Styrka, Mårn

Tränings-och Stugansvariga

V1-V2	Hundarna	Anneli Borg
V3-V4	Katterna	Per Kempe
V5-V6	Hjortarna	Sara Andersson

MÖTEN

3/1	Elitledare (Teams)	20:00
10/1	Styrelsen	18:00
11/1	Teknisk / Material / Anl	18:00

ANMÄLNINGAR

Datum	Arrangör	Anm.dat.
23-29/7	O-ringen Åre	1/4

Mat efter träning

Vi tänkte att vi skulle ta upp ett gammalt koncept, mat efter träningarna på torsdagar. Vi kör de torsdagar som det inte är nattcup.

Följande glada kokkar får försöka att få till något gott (tänk på ett vegetariskt alternativ):

19/1 Björn K och Mats E

2/2 Nina A, Sara A och Janne K

16/2 Pelle K och Jocke P

2/3 Fredrik K, Tetiana P och Rickard K

16/3 Christer L, Daria T och Yevheniia V

Maten serveras mellan 19:00 och 20:00.

Om datumet inte funkar för dig så ser du själv till att byta med någon annan på listan

