

## Tilmeldingsblanket - tilmelding senest fredag den 5. april

Hvis hold – holdnavn \_\_\_\_\_

Navn \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Postnr og by \_\_\_\_\_

Mobil: \_\_\_\_\_

E-mail \_\_\_\_\_



Overnatning fre/lør pris 30 kr. \_\_\_\_\_  
lør/søn pris 30 kr. \_\_\_\_\_

Lørdag aften:

Vegetarmenu pris 110 kr. \_\_\_\_\_

Steg stegt som vildt, m/kartofler, sovs,  
waldorfsalat, surt, tyttebær og franske kartofler  
pris 135 kr. \_\_\_\_\_

Kagebord m. kaffe / the pris 60 kr. \_\_\_\_\_

I alt kr \_\_\_\_\_



FRØSLEV-MOLLERUP  
SPAREKASSE  
– Fri & selvstændig ...



Viden, kvalitet og troværdighed



Overskud  
til hinanden

Husk Sensommervandring på Mors søndag den 22. september.

Start fra Flade Agora, Torvegade 27, 7900 Nykøbing Mors



## 40. Internationale Mors Rundt



EN BLOMST I  
NORDISK VANDREBUKET



## 12. 13. & 14. april 2024



Fredag: 5 & 10 km ført tur

lørdag & søndag:  
6, 10, 18, 26, 34, 42 og 50 km



Foreningen er tilsluttet:

Dansk Motionsforbund  
Det Internationale Folkesportsforbund  
Dansk Firmaidrætsforbund



## Start og mål alle dagene

Øster Jølby Skole, Poulsen Dalsvej 5, Øster Jølby, 7950 Erslev

Åben fre. lør. søn.

Fra kl. . 17.30 5.00 5.00

til kl. . 22.00 18.00 18.00

Telefon ved start / mål - 2973 0563



Efter gennemført vandretur stemples med IVV og turlabel.

Lør/søndag stemples i Nordisk Vandrebuketbogen, som kan fåes ved start.

## Aftenvandring 12. april 2024

Start kl. 19.00 - 5 og 10 km - ført vandring

Startkort: Bjælke 25,- kr. Deltagelse 25,- kr.

## 40. Int. Mors Rundt – 13. & 14. april 2024

Ruter 6 - 10 - 18 - 26 - 34 - 42 - 50 km

**Start:** Kl. 6.00 – 11.00 på 6, 10 og 18 km

Kl. 6.00 – 9.00 på 26 og 34 km

Kl. 6.00 – 7.00 på 42 og 50 km

### Startkort pr. dag:

Deltagelse, bjælke/pins 25,- kr.

Diplom 30,- kr.

Diplom og bjælke/pins 45,- kr.



## Tilmelding:

Nødvendig, hvis du vil overnatte, og /eller du ønsker aftensmad/ kagebord lørdag, eller hvis du er deltager på et hold.

Forudtilmelding senest d. 5. april 2024 på tilmeldingsblanketten på mail [kasserer@morsfodslaw.dk](mailto:kasserer@morsfodslaw.dk) eller sendes til: Poul Troelsgaard Nielsen, Møllevej 16, Ørding, 7990 Ø. Assels

Beløbet overføres til konto: 9133 1015387 eller

Mobilpay Morsø Fodslaw 712957mrk transaktionen MR og mobilnummer.

## Praktiske oplysninger:

Ruterne går om lørdagen i områderne Erslev, Bjergby og Fårtoft.

Om søndagen går ruterne i Solbjerg, Torup, Vester Jølby og Dragstrup. Fælles for alle dagene - vi har en masse smukke udsigter, strand og lidt skov, skovveje og almindelig veje.

Deltagelse er på eget ansvar. Hunde skal føres i snor, husk posen.

Der er holdpræmie til de 3 største hold og erindring til andre hold.



## Forplejning:

Udover normalt sortiment, er det muligt at forudbestille:

Aftensmad lørdag kl. 18.00 - vælg mellem Steg stegt som vildt, m/kartofler, sovs, waldorfsalat, surt, tyttebær og franske kartofler pris 135,- kr. eller Vegetarmenu pris 110 kr.



## I anledning af jubilæet kan der købes kagebord med kaffe / the pris 60 kr. - Husk at forudbestille kagebord.

Hver morgen kan der på målrasten købes havregryn, mælk, juice, rundstykker, franskbrød, rugbrød samt pålæg og ost.

## Overnatning husk:

Der er mulighed for at overnatte på skolen, pris 30,- kr. pr. nat.

Luftmadras/feltseng og sovepose/dyne skal medbringes. Lokalerne skal ryddes senest søndag klokken 11.00 på grund af rengøring.



**Oplysning:** Poul Troelsgaard Nielsen, tlf. + 45 6138 6621  
[kasserer@morsfodslaw.dk](mailto:kasserer@morsfodslaw.dk)



Povl Li Nielsen, tlf. +45 2973 0563,  
[post@morsfodslaw.dk](mailto:post@morsfodslaw.dk) - [www.morsfodslaw.dk](http://www.morsfodslaw.dk)  
eller følg os på facebook

**Senest en uge før offentliggøres rastepladspriserne på hjemmesiden.**