

13.12.17

# A K T I V I T E T E R i Aktiv Korup 2018 (ændringer kan forekomme)

| MANDAG   | TIRSDAG   | ONSDAG   | TORSDAG  | SÆRLIGE ARRANGEMENTER   |
|--|---|--|--|---|
| <p><b><u>Læsegruppe 1</u></b><br/>Kl.9.00-11.00<br/>Starter: 08.01.18<br/>derefter den første mandag i hver måned<br/>Sted: KKIC (hallen)<br/>Tilmelding til Hanne Præst nødvendig.</p> <p><b><u>Læsegruppe 2</u></b><br/>Kl. 09.00-11.00<br/>Starter: 15.01.18<br/>Sted: KKIC<br/>Tilm. til Lis Andersen nødvendig.</p> <p><b><u>Male og tegne</u></b><br/>Kl. 14.15 -17.15<br/>Starter: 15.01.18 og 22.01.18.<br/>Derefter den 2. og 3. mandag i hver måned.<br/>Sted: Barakken ved Korup Skole. Tilm. til Yonna nødvendig.</p> <p><b><u>Patchwork-Cafe</u></b><br/>kl. 14.15 -17.00<br/>Starter: 15.01.18 Derefter i ulige uger.<br/>Sted: Barakken ved Korup Skole<br/>Tilm. er nødvendig til Else Madsen.</p> | <p><b><u>Strikke-Hækle-Café</u></b><br/>Kl. 18.30-21.30<br/>Starter: 09.01.18<br/>Derefter i lige uger<br/>Sted: Barakken ved Korup Skole<br/>Tilmelding nødvendig til Kirsten Dyreborg</p> <p><b><u>Tirsdagscyklerne</u></b><br/>Kl. 10.00 - ca. 11.30<br/>Start: 03.04.18<br/>Pause i Juli<br/>Der cykles ca. 20 km i moderat tempo,<br/>Mødested: KKIC</p> <p><b><u>Spinning</u></b><br/>Kl . 10.00-11.00<br/>Starter: 02.01.18<br/>Sted: Sport og Fitness i KKIC.<br/>Tilmelding nødv. til <a href="mailto:acmoller@kalnet.dk">acmoller@kalnet.dk</a></p> | <p><b><u>Vandreture</u></b><br/>Kl. 9.30 ca. 11.30<br/>Vi mødes og går en god travetur<br/>Starter: 07.03.18<br/>Derefter i alle lige uger<br/>Mødested: KKIC's hovedindgang</p> <p><b><u>Racer Cykeltur</u></b><br/>Kl. 9.30 – ?<br/>Er startet.<br/>Mødested: KKIC<br/><b>Kun for racercykler.</b><br/>I vintersæsonen køres der på Mountainbike</p> <p><b><u>Håndarbejds -cafe</u></b><br/>Kl. 14.15 -17.00<br/>Starter: 03.01.18<br/>Derefter 1. onsdag i md.<br/>Sted: Barakken ved Korup Skole.</p> <p><b><u>Qi Gong</u></b><br/>Kl. 10.30-11.30<br/>Starter 03.01.18 og igen 24.01.18 og 31.01.18. Herefter i alle ulige uger (ikke uge 7)<br/>Pris pr. gang kr. 20,- for medl. og kr. 40,- for ikke medl.<br/>Sted: KKIC's bev. rum<br/>Slutter 20.06.18</p> | <p><b><u>Pedalerne</u></b><br/>Kl. 09.30 – ?<br/>Starter: 05.04.18<br/>Mødested: KKIC<br/>Der cykles 30-40 km i et godt tempo med skiftende turledere.<br/>Den sidste torsdag i md. er turen ca. 60 km.<br/>(der cykles hele året – dog ikke ved sne og is)</p> <p><b><u>Spinning</u></b><br/>Kl. 10.00-11.00<br/>Starter: 04.01.18<br/>Sted: Sport og Fitness i KKIC.<br/>Tilmelding nødv. til <a href="mailto:acmoller@kalnet.dk">acmoller@kalnet.dk</a></p> <p><b><u>Bogbyttecafe</u></b><br/>kl. 16.00-17.00.<br/>18.01.18 og 05.04.18<br/>Sted: Barakken ved Korup Skole.<br/>Gratis for medl – ikke medl. kr. 20,-</p> | <p><b><u>Taskeflet – candywrap for begyndere og let øvede:</u></b> Mandage den 08.01.18, 22.01.18 og 29.01.18 i barakken på Korup Skole. Fra kl. 18.30-21.30. Pris kr. 130,- for medlemmer og kr. 180,- for ikke-medlemmer. Tilmelding nødvendig til <a href="mailto:sigvardt@kalnet.dk">sigvardt@kalnet.dk</a> senest 03.01.18.</p> <p><b><u>Foredrag med Brodersen fra Gram Slot:</u></b> Mandag 15.01.18 fra kl. 19.00-21.00 i KKIC. Pris kr. 50,- for medlemmer, kr. 75,- for ikke medlemmer. Tilmelding til <a href="mailto:hanne.l.p@outlook.dk">hanne.l.p@outlook.dk</a> senest 11.01.18.</p> <p><b><u>Strikkekursus i Neverkont:</u></b> Tirsdag 16.01.18 fra kl. 14.30-17.00 i Barakken. Tilmelding til <a href="mailto:hanne.l.p@outlook.dk">hanne.l.p@outlook.dk</a> senest 09.01.18. Pris kr. 50,- for medlemmer, kr. 100,- for ikke-medlemmer. Inkl. kaffe og kage.</p> <p><b><u>Syning af æsker i Patchwork:</u></b> Lørdag 20.01.18 fra kl. 10.00-16.00 i Barakken. Gratis for medlemmer, kr. 50,- for ikke medlemmer. Tilmelding til <a href="mailto:sigvardt@kalnet.dk">sigvardt@kalnet.dk</a></p> <p><b><u>Kursus i glaskunst:</u></b> Tirsdage den 13.02.18, 20.02.18 og 27.02.18. Alle dage 09.00-12.00 v/Hanne Eriksen, Højbjergvej 96, 5200 Odense V, tlf: 6594 3800, m: 2877 9438. Pris kr. 350,-. Tilmelding til <a href="mailto:hanneeriksen77@gmail.com">hanneeriksen77@gmail.com</a> senest 29.01.18. Betaling på stedet.</p> <p><b><u>Halfdan Rasmussen:</u></b> Fredag 23.02.18 fra kl. 19.00-21.00 i KKIC<br/>Gratis for medlemmer, kr. 100,- for ikke medlemmer, tilmelding til <a href="mailto:hanne.l.p@outlook.dk">hanne.l.p@outlook.dk</a> senest 19.02.18.</p> <p><b><u>Maling på Sten:</u></b> Torsdag 01.03.18 fra kl. 18.30-21.30 i Barakken på Korup Skole. Pris kr. 180,- for medlemmer og kr. 230,- for ikke medlemmer. Tilmelding til <a href="mailto:sigvardt@kalnet.dk">sigvardt@kalnet.dk</a> senest 19.02.18.</p> <p><b><u>Smykkekursus:</u></b> 2 hold: Onsdag 28.02.18 kl. 14.30-17.00 og kl. 18.30-21.00 i Barakken. Tilmelding til <a href="mailto:ingelise@holmsted.net">ingelise@holmsted.net</a> senest 22.02.18. Pris pr. hold kr. 25,- for medlemmer og kr. 50,- for ikke medlemmer. Inkl. kaffe og kage. Betaling på stedet.</p> <p><b><u>Generalforsamling:</u></b> Mandag 12.03.18 kl. 19.00-20.00 i KKIC.</p> <p><b><u>Æskefoldning:</u></b> Onsdag 14.03.18 kl. 14.30-17.00 i Barakken. Pris kr. 25,- for medlemmer og kr. 50,- for ikke medlemmer. Inkl. kaffe og kage. Tilmelding til <a href="mailto:ingelise@holmsted.net">ingelise@holmsted.net</a> senest 01.03.18. Betaling på stedet.</p> <p><b><u>Pileflet:</u></b> Torsdag 22.03.18 fra kl. 16.30-20.30 i Barakken. Pris kr. 100,- for medlemmer og kr. 150,- for ikke medlemmer. Tilmelding til Anette Møller på <a href="mailto:acmoller@kalnet.dk">acmoller@kalnet.dk</a> (der er venteliste)</p> |

**Se mere om særlige arrangementer nedenfor.**

### **Aktiviteter under planlægning:**

**Forårsfest/Jazz:** Fredag 13.04.18 fra kl. 18.00-24.00 i "Fiskehuset" på Præstevej. Nærmere herom senere.

**Lars Simonsen om kajaktur:** Tid 11.04.18 i KKIC. Nærmere herom senere.

Besøg hos Le Klint. Måske deltagelse i Ladywalk.

**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 [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.

**HUSK** - der er rabat hos Korup Cykler ved **forevisning** af medlemskort for Aktiv Korup.

---

### **SÆRLIGE ARRANGEMENTER:**

**Taskeflet - Candywrap for begyndere og let øvede:** Mandage 08.01.18, 22.01.18 og 29.01.18. Alle dage kl. 18.30-21.30 i Barakken ved Korup Skole. Underviser er Hanne Berg, som oplyser flg. om aktiviteten:

Man har mulighed for at lære at lave punge og tasker etc. i Candywrap helt fra bunden.

For de øvede – og det kan man nå at blive på de 3 aftener det rækker over, kan man stifte bekendtskab med flere teknikker som forskellige typer bunde til sine emner, trekantsflet, ligeud-flet, flere størrelser led i samme emne samt lige kant og søgeskabeloner. Vi kommer helt naturligt ind på halve og kvarte led

Det er nok ikke muligt at undervise i alle ting, men jeg vil gøre, hvad jeg kan, ud fra hvad behovet og ønskerne er.

Den sidste gang forestiller jeg mig at vi kigger på, hvordan man kan montere hanke osv. Jeg medbringer diverse værktøj som vi gennemgår.

Nye flettere kan evt. købe en startpakke af mig, hvor der er alt materiale i til at lave en "møntpung". Så er man klar til at gå i gang med det samme ☺

Der er 2 pakker at vælge imellem

A. med skåret papir og tape =50kr

B. med skåret folie= 40kr

Dem der ønsker startpakke skal sige til ved tilmelding til kurset – jeg vil desuden bestræbe mig på at have lidt forskelligt papir/folie at vælge imellem. Så det ikke kun er en øvepung man får lavet, men også noget man kan blive glad for.

Du skal medbringe skæreunderlag, hvis du har, hobbykniv, blyant, saks, pincet - Jer der er øvede ved hvad I mere kan få brug for. Jeg medbringer desuden lidt forskelligt materiale, som man kan købe hvis det ønskes, eller bare til at blive inspireret af. Pris for medlemmer kr.130,00, ikke medlemmer kr.180,00. Tilmelding til [sigvardt@kalnet.dk](mailto:sigvardt@kalnet.dk) senest 03.01.18. Indbetaling til konto 0828-3551539, mrk. **flet**. Max 10 deltagere.

**Foredrag med Svend Brodersen fra Gram slot.** Mandag den 15.01.18 kl. 19.00-21.00 i KKIC. Sanne og Svend Brodersen købte i 2007 Gram slot for 90 millioner kroner.

De renoverer og udvider aktiviteterne hele tiden i harmoni med historien, naturen og ikke mindst området, hvor slottet har været et samlingssted gennem tiden.

Kom og hør denne spændende historie om parret med de mange drømme og visioner. Tilmelding til [hanne.l.p@outlook.dk](mailto:hanne.l.p@outlook.dk) senest 11.01.18. Pris kr. 50,- for medlemmer, kr. 75,- for ikke medlemmer.

**Strikkekursus i Neverkont:** Tirsdag 16.01.18 fra kl. 14.30-17.00 i barakken ved Korup Skole. Neverkont er en speciel strikketeknik, som på dansk kaldes fletstriik – enterlac på engelsk. Neverkont ser ud som den er vævet sammen af flere dele, men dette er ikke tilfældet, idet mønstret fremkommer ved at tage masker ud og ind og samle masker op. Teknikken er spændende at arbejde med, dels fordi det ser ud, som om man har strikket i forskellige retninger, men også fordi det kommer til at ligne tern. Den er anvendelig til mange ting. Det kan f.eks. være pulsvarmer, pandebånd, bluser m.v. Til kurset medbringes pinde 2,5 eller 3 og uldgarn, der passer til pindene – gerne i 2 farver. Underviser er Kirsten Raahauge. Tilmelding til [hanne.l.p@outlook.dk](mailto:hanne.l.p@outlook.dk) senest den 09.01.18. Pris kr. 50,- for medlemmer, kr. 100,- for ikke medlemmer incl. kaffe og kage. Bindende tilmelding – beløbet betales på dagen. **Dette kursus er primært for de, der var med første gang eller har prøvet teknikken før. Der arbejdes specielt med kanter og afslutning.**

**Syning af æsker i Patchwork:** Lørdag den 20.01.18 fra kl. 10.00 – 17.00 i barakken på Korup Skole. Vi skal prøve kræfter med at lave æsker, der er betrukket med stof. De kan laves både med og uden ruminddeling. Materialer kan købes på stedet, men man må gerne selv medbringe materialer. Husk at medbringe almindeligt sygrej. Husk madpakken til frokost. Gratis for medlemmer, kr. 50,- for ikke medlemmer. Underviser er Else Madsen, tlf: 4142 8366. Tilmelding til [sigvardt@kalnet.dk](mailto:sigvardt@kalnet.dk)

**Kursus i kreativ glaskunst.** Tirsdage den 13.02.18, 20.02.18 og 27.02.18 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 klipping 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. 350,-. Tilmelding til [hanneeriksen77@gmail.com](mailto:hanneeriksen77@gmail.com) senest 29.01.18. Betaling på stedet. Underviser er Hanne Eriksen, og det er på Højbjergvej 96, 5200 Odense V, tlf: 6594 3800, m: 2877 9438.

**Halfdan Ramussen:** Fredag den 23.02.18 kl. 19.00-21.00 i KKIC. Halfdan-Ensemblet vil spille og synge de dejlige sange skrevet af Halfdan Rasmussen med musik skrevet af Tine. Men vi skal også selv være aktive ved at synge med på fællessange. Halfdan-Ensemblet består af Frey Klarskov, der står for leadvokal, guitar og harmonika. Uddannet på folkemusiklinien på Det fynske musikkonservatorium. Tine K. Skau, komponist, spiller whistles og blokfløjter i alle størrelser. Tine er uddannet blokfløjtestist fra Det Fynske Musikkonservatorium og Schweelinck konservatoriet i Amsterdam. Tilmelding til [Hanne.l.p@outlook.dk](mailto:Hanne.l.p@outlook.dk) senest d. 19.02.18. **Gratis** for medlemmer, kr. 100,- for ikke medlemmer.

**Kursus i smykkefremstilling:** 2 hold: Onsdag 28.02.18 fra kl. 14.30-17.00 og fra kl. 18.30-21.00. 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 mellempærler, 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. Tilmelding til underviser Ingelise Holmsted, [ingelise@holmsted.net](mailto:ingelise@holmsted.net) senest 22.02.18. Bindende tilmelding – betaling på dagen.

**Kunsten at male på sten:** Torsdag 01.03.18 fra kl. 18.30-21.30 er det nu muligt at komme på kursus i ”kunsten at male på sten”, og underviser Gitte Elbæk fra Ringe fortæller, at naturens materialer vinder mere og mere ind, og mange er rigtig glade for at male på sten. At male på sten kan være en næsten meditativ oplevelse. På kurset kan man eksperimentere både med kombinationen af de grafiske mønstre, skrifter og stenedes forskellige teksturer. At male på glatte rullesten med en speciel sort tusch giver en helt unik udtryksform med klare afgrænsede streger. Der arbejdes både med enkle mønstre og med skrift. Det foregår i barakken på Korup Skole, 5210 Odense NV, og det koster kr. 180,- for medlemmer af Aktiv Korup og kr. 230,- for ikke-medlemmer. Der udleveres materialer i form af sten, lak m.v., samt tuschpenne, der kan tages med hjem efter kurset. Tilmelding senest 19.02.18 til Bitten Sigvardt på [sigvardt@kalnet.dk](mailto:sigvardt@kalnet.dk) (Tlf: 6594 1207). Indbetaling til konto nr. 0828 3551539, mrk. **sten**.

**Kursus i æskefoldning:** Onsdag 14.03.18 fra kl. 14.30-17.00. Lær at folde dine egne gaveæsker og poser. Her kan alle være med. Der bruges kataloger, aviser af kraftigt papir, gamle bøger og lign. Alt kan bruges, se efter flotte billeder eller flotte farver. Man kan også bruge designpapir. Jeg medbringer materialer, så alle kan folde en æske og en gavepose. Tilmelding til Ingelise Holmsted, [ingelise@holmsted.net](mailto:ingelise@holmsted.net) senest 01.03.18. Pris kr. 25,- for medlemmer, kr. 50,- for ikke medlemmer. Bindende tilmelding – betaling på dagen.

**Pileflet for begyndere og let øvede:** Torsdag 22.03.18 kl. 16.30-20.30 i Barakken ved Korup Skole. (Husk madpakke og kaffe). Der er max 10 pladser på hvert hold. Medlemmer har fortrinsret. Pilefletter Hanne Jakobsen 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. Ring evt. til Annette og hør nærmere på tlf. 2985 1165. Bindende tilmelding til Annette Møller, [acmoller@kalnet.dk](mailto:acmoller@kalnet.dk) senest 26.02.18. Pris Kr. 100,- for medlemmer og kr. 150,- for ikke medlemmer. Tilmelding er registreret efter indbetaling til kt. nr. 0828-3551539. Mærk indbetaling med **Pil**. (Der er venteliste)

| FASTE AKTIVITETER   | Kontaktpersoner   |
|---|---|
| <p><b>Læsegrupper.</b> Vi har nu 2 læsegrupper. Gruppe 1 mødes den første mandag i hver måned. Der er 12 deltagere, så der er ikke plads til flere, men en ny gruppe er startet op. Tilmelding er nødvendig, for at vi kan have en bog parat. Grp 1: Hanne. Grp. 2: Lis</p>   | <p>Hanne Præst, tlf. 2856 5872<br/> <a href="mailto:hanne.l.p@outlook.dk">hanne.l.p@outlook.dk</a><br/> <a href="mailto:lis.skovlund.andersen@gmail.com">lis.skovlund.andersen@gmail.com</a></p>  |
| <p><b>Strik og 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 Nielsen,<br/> Tlf. 2629 3653,<br/> <a href="mailto:dyreborg63@hotmail.com">dyreborg63@hotmail.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.</p>  | <p>Else Madsen, tlf. 4142 8366<br/> <a href="mailto:elseberingmadsen@gmail.com">elseberingmadsen@gmail.com</a><br/> <a href="mailto:sigvardt@kalnet.dk">sigvardt@kalnet.dk</a></p>  |
| <p><b>Cykeltur.</b> Der cykles 30-40 km i et godt tempo med skiftende turledere. 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. 40 km, og så må vi se, hvor gode vi bliver. Om vinteren cykler vi på <b>MTB</b>.</p> | <p>Claus Møller, <a href="mailto:acmoller@kalnet.dk">acmoller@kalnet.dk</a><br/> Tlf. 4027 6580<br/> Karen Skov, <a href="mailto:karenskov@kalnet.dk">karenskov@kalnet.dk</a><br/> Tlf. 6133 9354<br/> Racer: Leif Sigvardt,<br/> <a href="mailto:sigvardt@kalnet.dk">sigvardt@kalnet.dk</a><br/> Tlf: 6594 1207<br/> Tirsdagsholdet: Tommy Larsen,</p> |

|   |   |
|---|---|
| <p><b>Vedr. spinning</b> . I Sport og Fitness tirsdag og torsdag skal henvendelse ske til <b>Claus</b> , der vil meddele, om der er plads. Pris for at deltage i spinning er kr. 25,- for medlemmer og kr. 50,- for ikke-medlemmer. Er du medlem af Sport og Fitness er det gratis, og hvis du ikke selv har cykelsko, kan de lejes på stedet . Kontakt til Claus – kun på mail.</p>  | <p>tlf: 4267 6684, <a href="mailto:t1150650@gmail.com">t1150650@gmail.com</a></p>   |
| <p><b>Vandretur</b>. Der arrangeres vandreture i perioden fra 07.03.18 til 13.06.18, og starter igen til efteråret. 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<br/>Tlf. 6594 3204/4092 8755<br/><a href="mailto:kammamanley@gmail.com">kammamanley@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. <b>Tilmelding nødvendig.</b></p>  | <p>Yonna Tornehave<br/><a href="mailto:ytornehave@kalnet.dk">ytornehave@kalnet.dk</a><br/>tlf. 2684 4323</p>  |
| <p><b>Qi Gong:</b> Onsdage 03.01.18 og igen 24.01.18 og 31.01.18. Herefter i alle ulige uger kl. 10.30-11.30. <b>(Ikke i uge 7)</b> Qi Gong er navnet på en kinesisk træningsform, der er karakteristisk ved, at øvelserne udføres langsomt og kontrolleret i et meget roligt tempo, og giver en forbløffende god motion. Qi Gong styrker led, sener, muskler, knogler, indre organer og ikke mindst balance og åndedræt. Qi Gong er en tilstand af vågen opmærksomhed, og Qi betyder frit oversat energi eller livsenergi. Gong betyder at arbejde med, at opnå færdigheder i. Qi Gong kan udføres af alle uanset alder og køn. Instruktør er Jette Thorsager, der er meget veluddannet både som Qi Gong og som yoga lærer. Hun har også den færdighed at gøre undervisningen målrettet /hensyntagende – hun har arbejdet i Århus i 5 år som idrætskonsulent – og er meget aktiv her på Fyn. Prisen pr. gang er kr. 20,- for medlemmer af Aktiv Korup og kr. 40,- for ikke medlemmer. Man kan bare møde op – der er ingen forhåndstilmelding. Husk sko til indendørs brug.</p> | <p>Jette Thorsager</p>  |
| <p><b>Håndarbejds-cafe:</b> Her arbejder man med det, som man lige har gang i. Alt håndarbejde er tilladt. Det kan f.eks. være hækle og strik, og det er muligt at få hjælp, hvis der er behov for det. Man kan også flette med kaffeposer, tapet, gavepapir, tegneserieblade osv. Det er meningen, at vi hjælper og inspirerer hinanden, så start allerede nu med at gemme kaffeposer. (Vi har et lille lager)<br/>Quilling er en teknik, hvor der bruges papirstimler til fremstilling af figurer.<br/>Meningen er, at vi kan have nogle hyggelige timer sammen.</p>  | <p>Tina Amstrup, tlf: 2888 6499<br/><a href="mailto:a.t.amstrup@gmail.com">a.t.amstrup@gmail.com</a></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<br/><a href="mailto:Hanne.l.p@outlook.dk">Hanne.l.p@outlook.dk</a><br/>Bente Petersen, tlf: 6594 1652<br/><a href="mailto:helbe@mail.tele.dk">helbe@mail.tele.dk</a></p> |

**Indmeldelsesblanket til Aktiv Korup på side 6 skal udfyldes og sendes.**

**Jeg indmelder mig hermed i Aktiv Korup for sæsonen 2017/18**

**Fra den 01.09.17 – 31.08.18**

Navn: \_\_\_\_\_

Adr.: \_\_\_\_\_

By: \_\_\_\_\_

Fødselsdag- og år: \_\_\_\_\_

Email: \_\_\_\_\_

Tlf./mobil: \_\_\_\_\_

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 Bitten Sigvardt, Rådyrløkken 37.

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

Herefter får du et medlemskort.

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