



havstrygerne.dk

Nyhedsbrev juni 2013

Hej alle – hermed nyhedsbrev

En lang vinter og et køligt forår er endelig forbi. Mange af klubbens medlemmer har holdt gejsten og træningstempoet oppe i den kolde tid.

Der skal fra bestyrelsen lyde et stort tillykke til alle som i forårets løb har gennemført diverse løb og indfriet de mål, de hver især har sat sig. Mange af klubbens medlemmer har fx. gennemført Göteborg ½-marathon og Grundlovsløbet i Hjørring. Især vil jeg gerne fremhæve Allan Andresen, som efter flere forsøg og efter en enorm træningsindsats og en utrolig viljestyrke, endelig lykkedes med at gennemføre en maraton på under 3 timer. Allan løb Copenhagen Marathon i den imponerende tid 2.58.25 – et stort tillykke med den flotte præstation!

Grundhold

I løbet af foråret har mange deltaget på klubbens grundhold om onsdagen. Dejligt at se at så mange nye er kommet godt fra start og at flere har deltaget i diverse løb. Vi håber fremover at se grundholdsløberne til klubbens ordinære træningspas mandag, onsdag og lørdag.

Et mål kunne være, ved at fortsætte træningen, at deltage i et af de kommende løb, fx. Smuk-kvindeløb i Aalborg eller Lundergaardsløbet i Hjørring – mere om løbene senere...

Løbeklubben Havstrygerne - 25-ÅRS JUBILÆUM

søndag den 11. august kl. 11.00

Løbeklubben Havstrygerne kan i år fejre 25-års jubilæum! Det sker søndag den 11. august. Bestyrelsen er i fuld gang med at lave et spændende arrangement på selve dagen, hvor vi håber at se både tidligere og nuværende medlemmer til nogle både sportslige og fornøjelige timer. Så sæt derfor allerede nu kryds i kalenderen til en festlig dag, hvor vi vil fejre vores dejlige klub.

Morgenløb i Tornby, lørdag den 17. august kl. 9.00

Også i år bliver der morgenløb fra P-pladsen ved Munchs Badehotel. Vi løber i Tornby Klitplantage og efter endt løb (ca. 6-7 km) nyder vi kaffe og rundstykker og måske en lille bjesk (det skulle være så godt for blodomløbet). Vi løber i et tempo hvor alle kan være med, så skynd dig at tilmelde dig på havstrygerne@gmail.com Arrangementet er gratis.

Løb i sommeren

Der er mange løb at vælge imellem – et par bud kunne være:

Smuk-kvindeløb i Aalborg, tirsdag den 20. august

Så er der igen SMUK-kvindeløb i Aalborg med ruter på 5 og 10 km. Et festligt løb for 1.900 kvinder. Traditionen tro deltager mange af klubbens kvindelige medlemmer og efterfølgende hygger vi med sandwich og lidt godt drikke (- og nej Ole M må heller ikke komme med i år! ☺)

Tilmelding kan ske via linket www.smukløb.dk Husk at skrive Havstrygerne vedr. klub. Du skal dog tilmelde dig som "individuel"

Lundergaardsløbet, søndag den 1. september

Vores gode nabo-løbeklub, LIUF i Hjørring, arrangerer også i år Lundergaardsløbet. Ruter på 3, 7,5, 10 og 21,1 km.

Bestyrelsen vil gerne opfordre til, at LIUF-løbet fremover bliver det løb som rigtig mange Havstrygere deltager i, så vi igen kan vise flaget (eller banneret) som en stor klub. Bestyrelsen vil arrangere samling inden løbet og fælles hygge i området bagefter.

Tilmelding via www.liuf.dk Husk at skrive Havstrygerne vedr. klub

Havstrygerløbet lørdag den 19. oktober – hjælpere

Sæt allerede nu kryds i kalenderen til klubbens store løb. Vi vil som altid gerne have hjælp fra klubbens medlemmer. Tilmeld dig derfor gerne allerede nu på havstrygerne@gmail.com

Vil du gerne selv løbe denne dag, så send konen, kæresten eller mor som hjælper i stedet. På forhånd mange tak :o)

Klubsæt

Klubtilbuddet om klubsæt hos Sportmaster, Hirtshals har været populært. Rigtig mange har benyttet sig af de meget fordelagtige priser på kvalitetsløbetøj. Dejligt at se så meget blåt løbetøj med flot logo på – og som bliver flittigt benyttet ☺

www.havstrygerne.dk

Husk at du altid kan tjekke vores (nye) hjemmeside for diverse nyheder og info. www.havstrygerne.dk

Med håb om gode løbeoplevelser til alle i sommeren løb...

På bestyrelsens vegne

Laila Zielke
formand