

Gå

# Stavgang

## Med VF Strejferne

Gode grunde til at gå Stavgang ????????

- Man får godt motion
- 
- Man styrker sit kondital
- 
- Man styrker sit helbred
- 
- Man får gode vandrevenner

Kom og vær med på Strejfernes Stavgangshold

Der startes hver torsdag kl. 18,00  
Fra Strejfernes klublokale  
Klostergade 24, 4900 Nakskov

Se strejfernes hjemmeside

[www.strejferne.dk](http://www.strejferne.dk)



Har du fået

## Strejfernes Turbog

til dine klistermærker & Stempler



Som medlem af VF Strejferne får du bogen GRATIS  
Ikke medlemmer betaler kr. 10,- for bogen

Medlemskab af Strejferne koster kun kr 120,-

KOM TIL

## FASTELAVNSTUR 2020



Den 15. februar 2020

# Juletrim

i Nakskov

Den 26. december 2019  
9,30 - 10,00



distancer: 5 & 10 km.



Startsted; Klostergade 24  
4900 Nakskov  
Julebanko ude på ruterne  
Kom og vær med

# Velkommen til Nakskov

Du/I er særdeles velkommen til Vandreforeningen Strejfernes, sidste arrangement i 2019.

Her er der lagt op til en god "GANG" motion krydret med lidt julehygge.

Der spilles Julebanko ude på ruterne, hvor der er rigtig mange gevinster.

På rasteplassen vil der være julehygge i form af æbleskiver og julegløgg.

Tag hele familien med ud og få en rigtig julemotions tur inden julefrokosten

## Juletrim

**Den 26.. december 2019**

### Arrangør:

Vandreforeningen Strejferne  
Palle Larsen, Heesvej 37

4900 Nakskov

tlf. 42 17 68 03

Hjemmeside: [www.strejferne.dk](http://www.strejferne.dk)

Email: [palle@strejferne.dk](mailto:palle@strejferne.dk)

### Start og mål

Klostergade 24, 4900 Nakskov

### Distancer

5 km — 10 km.

### Starttid

Fra kl. 9,30 — 10,00

Deltagere:

Juletrim 2018er åben for alle interesserede, men deltagelse sker på eget ansvar

### Stempel:

EVG og Foreningens eget og klistermærke til din bog

### Ruterne:

Vandrerruterne er afmærket med Strejferpile og plaststrimler

### Kontrol:

Der er kontrol på ruterne, kun korrekt stempellet startkort godtages som bevis for marchens gennemførelse.

Startkortet forevises på forlangende.

### Rasteplass:

Der vil være rast på turen,

### Hunde:

Hunde er selvfølgelig velkommen, men skal holdes i snor.

### Orden:

Hold naturen ren, alt affald afleveres på rasteplasserne.

### Regler:

Færdselsregler, lodsejernes samt arrangørernes påbud skal overholdes.

### Startgebyr:

Diplom i plastlomme kr. 25,-  
Startkort til stempel kr. 20,-

### Tilmelding:

kan ske til:

Vandreforeningen Strejferne  
Heesvej 37, 4900 Nakskov  
Telefon 42 17 68 03  
[www.strejferne.dk](http://www.strejferne.dk)

### Oplysning:

Yderlige oplysninger eller evt. flere brochurer, kan fås hos:

Formand Palle Larsen  
tlf. 42 17 68 03

Eller hentes på vores hjemmeside  
[www.strejferne.dk](http://www.strejferne.dk)

