

Sæsonplan forår 2017 Senior FDF Gug

Lørdag 4. Marts, kl. 7.00 til 20:00: Vandremøde - 50 km (vandremærke 9 eller 10)

Vi mødes ved Ladely kl. 07:00 og begiver os ud på 50 kilometers vandring. For at opnå vandremærke 9 skal du kunne gå 50 km uden oppakning på Maks 13 timer. Klare du distancen med en oppakning svarende til mindst 20% af den kropsvægt kvalificere du dig til vandring niveau 10. Medbring drikkedunk, madpakke til frokost samt snacks frem til aftensmad. Aftensmads spiser vi fælles. Husk naturligvis også fornuftigt tøj og ikke mindst fodtøj. En ekstra varm trøje er anbefalelsesværdig til de sene timer hvor kroppen kan være træt. **Venner** og bekendte er meget velkommen til at deltage.

Tilmelding: pr. SMS, til Johannes 30 48 23 46, på Facebook eller ved besvarelse af denne mail.

Krav til vandremærker findes her:

<http://www.fdf.dk/inspiration/moedeaktiviteter/maerker/vandringsmaerket>

Lørdag 1-2 april Vandremøde - 75 km (vandremærke 10 eller 11)

Vi tager vandringsmærke niveau 10 eller 11. Mødet inkludere overnatning og koster 50 kr. til mad. Tid og sted kommer i særskilt indbydelse.

Krav til vandremærker findes her:

<http://www.fdf.dk/inspiration/moedeaktiviteter/maerker/vandringsmaerket>

12 - 17 april: Seniorkursus

Bemærk at kredsen dækker deltagelse for seniorerne.

Indbydelse her: [Vork](#) eller [SKS](#)

Tilmelding her: <https://flexbillet.dk/fdf>

21 - 23 april Vendia Løbet

FDFs mest krævende løb for seniorer og ledere.

Indbydelse og tilmelding her: <http://landsdel1.kredscms.dk/arrangementer/vendia/>

Uge 19 Socialuge

Vi bor sammen i Ladely, hvorfra vi passer uddannelse og job som vanligt. Om aftenen lav vi mad og hygger os. Indbydelse følger.

24 - 28 maj: Væbnermesterskabet Finalen (VM)

Beskrivelse her: <https://mesterskabet.dk/finalen/introduktion>

Indbydelse og pris fra FDF Gug følger senere.

dato	møde	Bemærk
15 februar	Skøjter	Vi mødes på C.W. Obels plads HUSK PENGE TIL SKØJTER 30 kr 18.30 - 2030
22 februar	Vinterferie	Intet møde
1 marts	Vi træner Vendia MØDET FLYTTET	Mødet er flyttet til den 4. Marts
4. Marts	Vi træner Vendia/ (vandring 9)	50km
8 marts		
15 marts	Vi bygger noget sejt	Ingangsportal
22 marts		
29 marts	Vi træner Vendia MØDET FLYTTET	Mødet er flyttet til den 1-2 april
1-2 april	Vi træner Vendia (vandring 10)	75km
5 april	Vi træner poster fra vendia og Kursus. snakker for-opgave	
12 - 17 april	Seniorkursus	Intet møde
19 april	Vi hygger efter kursus	
21 - 23 april	Vendia	
26 april	Vi spiller spil	
3 maj	Klatring.	
10 maj	Social uge	SKAM?
17 maj	Masterchef - outdore	17 -21
24 - 28 maj	VM	
31 maj	Oprydning fra VM	
7 juni	How to jord ovn	
14 juni	Bear Grylls Madlavningsmøde	17 -21 på jordovn
21 juni	Afslutning	sære konkurrencer og hygge