



Ångebo IK Aug-19

Tisdagsträning på vallen. OBS! 17.45 - 19.00 kör vi träning och lek friidrottsinriktad. Vi hjälps åt som vanligt så vi kan köra alla åldrar tillsammans. Vid intresse kommer vi att köra ytterligare en Guldjakt i slutet på augusti. Medaljer beställer jag hem efteråt som vi delar ut på en avslutning i höst. Följ oss på Facebook där den snabbaste informationen kommer eller titta in på vår hemsida [angeboik.se](http://angeboik.se).



Ett gäng glada vandrare intar fika vid gröntjärn.

Åter en lyckad vandring efter Gröntjärnsleden. Ett stort tack till vår trogna stab som gör det möjligt att arrangera denna vandring. Alla som bakar bröd å bullar, fixar soppa, kokar kaffe skalar potatis och allt annat som skall fungera. 240 vandrare anmälda i år och det är fantastiskt roligt att det fortfarande är så populärt efter 29 år. I år hade vi 18 bussarna fullsatta innan första annons kom ut så då vet vi att många ligger tidigt i startgröparna. Vi hoppas att vi skall kunna genomföra en fin vandring även nästa sommar när vi skall fira 30 år.



Det går åt en hel del kaffe vid gröntjärn och på Bratthé.



Syskonen Bergerståhl genomförde vandringen med bravur.

Sommaren har som vanligt får man väl säga runnit undan väldigt fort och man bara undrar var den tog vägen. Vi har gjort en del arbete på Svågavallen med utegymmet med markduk, flis och grusutläggning. Lagning av tak på omklädningsrum röjning mm. Vi har fått elljusspåret väldigt väl slättat av Christian och motionsspåret skall också få sig en duvning. Vi slättar och klipper även vid klubbis och vi har god hjälp av våra robotar. Trots dessa finns en hel del att klippa och hålla efter och i sommar får vi tacka alla som ställt upp och tagit en eller flera klippveckor. För ett par veckor sedan tog vi bort allt på skidbron igen. Nu skall den dras upp på landbacken igen och göras om. Vi hoppas allt blir klart i höst så vi kan använda vårt fina skidområde igen.

Till sist, välkommen att delta i kvällsvandringarna i höst. Se program i junibladet på Facebook eller hemsidan. Friskvård på hemmaplan i vår vackra natur.