

TRÆNINGSPLAN FOR SEPTEMBER 2017

Dag	Dato	Type	Rute	Længde
Lørdag	2.	Grupperne bestemmer		10 – 20 km
Mandag	4.	HVL	Elmelund skoven	10 – 14 km
Onsdag	6.	Fartleg	Åløggeskoven	10 – 12 km
Lørdag	9.	Grupperne bestemmer		10 – 20 km
Mandag	11.	HVL	Skovsøen	10 – 12 km
Onsdag	13.	Fartleg	Eventyrruten	10 – 12 km.
Lørdag	16.	Grupperne bestemmer		
Mandag	18.	HVL	Parktuen	10 – 14 km.
Onsdag	20.	Fartleg	Jernalderbyen	10 – 12 km
Lørdag	23.	Grupperne bestemmer		
Mandag	25.	HVL	Dalum kærlighedsstien	10 – 14 km
Onsdag	27.	Fartleg	Skovsøen	10 – 12 km
Lørdag	30.	Grupperne bestemmer		

D. 6 september Vejle Allested løbet.

D. 24 september – Schou løbet i Langesø kl. 10.30. Kom og deltag i vores løb.

Vel mødt til træning.

