TRÆNINGSPLAN FOR FEBRUAR 2018

Dag	Dato	Type	Rute	Længde
Lørdag	3.	LLL	**Grupperne bestemmer**	10 – 20 km
Mandag	5.	HVL	**Falen/vester boulevard**	**10 – 14 km**
Onsdag	7.	*Generalforsamling kl. 20.	**Foredragsruten**	10 – 12 km
Lørdag	10.	LLL	**Grupperne bestemmer**	10 – 20 km
Mandag	12.	HVL	**Spangsvej/fuglebakken**	10 – 12 km
Onsdag	14.	Fartleg	**Kertemindestien/Christiansgade**	10 – 14 km
Lørdag	17.		**Grupperne bestemmer**	10 – 20 km
Mandag	19.	HVL	**Kanalturen**	10 -15 km
Onsdag	21.	Fartleg	**Dalum rundt**	10 – 15 km
Lørdag	24.		**Grupperne bestemmer**	10 – 20 km
Mandag	26.	**Foredrag kl. 20.00 Manden med arret	**Foredragsruten**	**10 – 12 km**
Onsdag	28.	Fartleg	**Næsby boldbaner**	10 – 12 km

*D. 7. februar Generalforsamling kl. 20. Vi løber kl. 18.00

**D. 26. februar foredrag: Manden med arret kl. 20.00. Vi løber kl. 18.00

Fortræning til Royal Run d. 21 maj.

OGF Motion onsdag d. 7. februar kl. 18.30.

Fjordager Motion torsdag d. 15. februar kl. 18.30.

Korup Motion onsdag d. 21. februar kl. 18.00

Løbeklub i TPI onsdag d. 28. februar kl. 17.30.

Det henvender sig primært nye løbere / let øvede.



Vel mødt til træning.

Hilsen Løbestyregruppen