

TRÆNINGSPLAN FOR FEBRUAR 2019

Dag	Dato	Type	Rute	Længde
Lørdag	2.	LLL	Grupperne bestemmer	10 – 20 km
Mandag	4.	HVL	Falen/vester boulevard	5 – 14 km
Onsdag	6.	*Generalforsamling kl. 20.	Foredragsruten	5 - 12 km
Lørdag	9.	LLL	Odense løb med – Stigeløberne Kl. 10.00	5, 10 og 15 km
Mandag	11.	HVL	Spangsvej/fuglebakken	5 – 12 km
Onsdag	13.	Fartleg	Kertemindestien/Christiansgade	5 – 14 km
Lørdag	16.		Grupperne bestemmer	5 – 20 km
Mandag	18.	HVL	Trappen og de to bakker	5 -12 km
Onsdag	20.	Fartleg	Dalum rundt	5 – 15 km
Lørdag	23.	LLL	Grupperne bestemmer	5 – 20 km
Mandag	25.	HVL	De fire broer	5 – 12 km
Onsdag	27.	Fartleg	Næsby boldbaner	5 – 12 km

*D. 6. februar Generalforsamling kl. 20. Vi løber kl. 18.30

** Odense Løb med – Lørdag den 9. februar kl. 10.00 – Stigeløberne.

Mødested: Stige Boldklub 2017, Teglgårdsvej 12, 5270, Odense.

Vel mødt til træning.

Hilsen Løbestyregruppen

