

TRÆNINGSPAN FOR MARTS 2020

Dag	Dato	Type	Rute	Længde
Mandag	2.	HVL	Vandtårnet/Sadolinsgade	5 km– 14 km
Onsdag	4.	Fartleg Intervaller m. Thomas	Kertemindestien/havnen	5 km – 14 km
Lørdag	*7.	LLL	Grupperne bestemmer	5 km– 20 km
Mandag	9.	HVL	Næsby boldbaner	5 km – 12 km
Onsdag	11.	Fartleg Intervaller m. Thomas	De fire broer	5 km - 12 km
Lørdag	14.	LLL	Grupperne bestemmer	5 km – 20 km
Mandag	16.	HVL	Kanalturen	5 km – 14 km
Onsdag	18.	Fartleg Intervaller m. Thomas	Kalørvej/Ejlstrup	5 km – 14 km
Lørdag	21	LLL	Grupperne bestemmer	5 km – 20 km
Mandag	23.	HVL	Næsby/Tarup	5 km – 12 km
Onsdag	25.	Fartleg Intervaller m. Thomas	Kochgade/Skibhus området	5 km – 12 km
Lørdag	*28.	LLL	Grupperne bestemmer	5 km – 20 km
Mandag	*30.	HVL	Foredragsruten	5 km – 10 km

- Lørdag den 7. marts Odense løb med – gratis – Korup
Mødested: Korup Kultur og Idrætscenter, Præstevej, Odense
- Lørdag den 28. marts Odense løb med – gratis- Fjordagers Forårsklassiker kl. 10.00.
Mødested: Fjordagers hallen, Strandvejen 39, 5240 Odense
- Mandag den 30. marts er der medlemsmøde kl. 20.00.