

TRÆNINGSPÅN FOR NOVEMBER 2020

Dag	Dato	Type	Rute	Længde
Mandag	2.	HVL	Kanalturen	5 km– 14 km
Onsdag	4.	Fartleg	Vandtårnet/Langelinie	5 km – 14 km
Lørdag	7.	LLL	Grupperne bestemmer	5 km– 20 km
Mandag	9	HVL	Kertemindestien/havnen	5 km – 12 km
Onsdag	11.	Fartleg	Dalum rundt	5 km – 14 km
Lørdag	14.	LLL	Grupperne bestemmer	5 km – 20 km
Mandag	16.	HVL	Kalørvej/Ejlstrup	5 km – 14 km
Onsdag	18.	Fartleg	Næsby boldbaner	5 km og 12 km
Lørdag	21	LLL	Grupperne bestemmer	5 km – 20 km
Mandag	23.	HVL	Tarup/Næsby	5 km – 13 km
Onsdag	25.	Fartleg	Kertemindestien/Christiansgade	5 km og 14 km
Lørdag	28.	LLL	Grupperne bestemmer	5 km – 20 km
Mandag	30.	HVL	De fire broer	5 km – 14 km.

Vel mødt til træning.

Hilsen Løbestyregruppen

