

# TRÆNINGSPLAN FOR JULI 2021

Dag	Dato	Type	Rute	Længde
Lørdag	*3.	LLL	Grupperne bestemmer	5 – 20 km
Mandag	5.	HVL	Elmelund - Sanderum	5 – 12 km
Onsdag	7.	Fartleg	Skovturen	5 - 12 km
Lørdag	10.	LLL	Grupperne bestemmer	5 – 20 km
Mandag	12.	HVL	Jernalderlandsbyen	5 – 12 km
Onsdag	14.	Fartleg	Snapind, Åløkkeskoven – små stier	5 – 12 km
Lørdag	17.	LLL	Grupperne bestemmer	5 – 20 km
Mandag	19.	HVL	Parkturen	5 -14 km
Onsdag	21.	Fartleg	Skovsøen	5 – 13 km
Lørdag	24.	LLL	Grupperne bestemmer	5 – 20 km
Mandag	26.	HVL	Kochgade/Sandhusskoven	5 – 14,5 km
Onsdag	28.	Fartleg	Paarup, Bækkelund, Villestofte	5 – 14 km
Lørdag	31.	LLL	Grupperne bestemmer	5 - 20 km

\*En hyggelig løbe /gåtur i andre omgivelser på Enebærødde.

Lørdag den 3. juli kl. 9.30, kan vi mødes foran vores klubhus, så vi ved fælles kørsel kan komme op til P-pladsen ved Odden. Længde på løbeturen er op til den enkelte, men turen fra P-pladsen ud til fyret og retur er ca. 11 km. Badetøj, madpakke og drikke vil måske være en fordel.

