

TRÆNINGSPLAN FOR AUGUST 2026

Dag	Dato	Type	Rute	Længde
Lørdag	1	Grupperne bestemmer		
Mandag	3		<u>Gammel Eventyrløb 10 KM</u>	10
Onsdag	5		<u>Sanderum - Vidkærvej</u>	10.9
Lørdag	8	Grupperne bestemmer		
Mandag	10		<u>Kanaltur – Anderup</u>	11.3
Onsdag	12		<u>Elmelund - Sanderum</u>	11
Lørdag	15	Grupperne bestemmer		
Mandag	17		<u>DHL Stafetten</u>	
Onsdag	19		<u>Rundt om Munkemaen</u>	11.5
Lørdag	22	Grupperne bestemmer		
Mandag	24		<u>Paarup, Bækkelund, Villestofte</u>	10.7
Onsdag	26		<u>Tur I Skoven</u>	10.8
Lørdag	29	Grupperne bestemmer		
Mandag	31		<u>Jernalderlandbyen 11.1 Km</u>	11.1

Vi løber også hver mandag formiddag kl. 10:00