

TRÆNINGSPLAN FOR SEPTEMBER 2026

Dag	Dato	Type	Rute	Længde
Onsdag	2		Sanderum - Vidkærvej	10.9
Lørdag	5	Grupperne bestemmer		
Mandag	7		Skovsøen	11
Onsdag		Odense løb med (OLM)	Gammel Eventyrløbet 5 KM	5
			Langesøstien Elmelund	11.1
Lørdag	12	Grupperne bestemmer		
Mandag	14		Næsby stadion	10.7
Onsdag	16		Rundt om Munkemaen	11.5
Lørdag	19	Grupperne bestemmer		
Mandag	21		Paarup, Bækkelund, Villestofte	10.7
Onsdag	23		Tur I Skoven	10.8
Lørdag	26	Grupperne bestemmer		
Mandag	28		Dalumrundt	11
Onsdag	30		Jernalderlandbyen 11.1 Km	11.1

Vi løber også hver mandag formiddag kl. 10:00