TRÆNINGSPLAN FOR NOVEMBER 2026

Dag	Dato	Type	Rute	Længde
Mandag	2		Dalumrundt	11
Onsdag	4		Næsby stadion	10.7
Lørdag	7		Grupperne bestemmer	
Mandag	9		Kertermindestien Havn	10.6
Onsdag	11		Falen Vester Boulevard	11.5
Lørdag	14		Grupperne bestemmer	
Mandag	16		Byrute 1	10.8
Onsdag	18		Kanaltur - Anderup - Vinterrute	11.6
Lørdag	21		Grupperne bestemmer	
Mandag	23		Spangsvej - Fuglebakken	10.2
Onsdag	25		De 4 broer	12
Lørdag	28		Grupperne bestemmer	
Mandag	30		Kanal - Odinbro - Havn	11.2

Vi løber også hver mandag formiddag kl. 10:00