

Løberuter 7 min. ialt 70 km.

2019

Januar

Ti	1	Nytårsdag	
On	2	5.0 km. Rundt om Marina-club	
To	3		
Fr	4		
Lø	5	5.3 km. Venø-færgen (kort rute)	
Sø	6	●	
Ma	7	5.2 km. Fjordvejen-Strandvejen-Rådhusstræde-Passagen under banen til Fjordvej-Klubhus.	2
Ti	8		
On	9	5.0 km. Bakkeløb i Bremdal	
To	10		
Fr	11		
Lø	12	5.6 km. Vi løber ud til storkkene og retur	
Sø	13		
Ma	14	● 6.3 km. Fjordvejen-Voldgade-Ølbyvej-Holstebrovej-Havnealle-Fjordvejen	3
Ti	15		
On	16	4.8 km. Store frugtkurv-Fjordvejen-Roklubben-Lagunestien- Sneppevej-Bremdalvej-Drosselvej-nr.2 Ørnevej-stien til klubhus	
To	17		
Fr	18		
Lø	19	4.8 km. Breinholt	
Sø	20		
Ma	21	○ 5.5 km. Fjordvejen-Havnealle-Bjerggade-Lille torv- Passagen under banen ud til Fjordvejen- klubhus	4
Ti	22		
On	23	5.8 km. Rundt om Sarpsborgpigen	
To	24		
Fr	25		
Lø	26	6.0 km. Vi løber til Humlum skole og tilbage	
Sø	27	●	
Ma	28	4.8 km. Fjordvejen-Strandbjerggårdvej-sidetr vej Strandbjerggårdparken-stien forbi hallen-Drosselvej-Bremdalvej-Roklubben-Lagunestien til Sneppevej-Bremdalvej-Drosselvej-Klubhus	5
Ti	29		
On	30	5.9 km. Fjordvejen-Østergade-Bjerggade-Havnealle-Fjordvejen	
To	31		