

TRÆNINGSPLAN HLK

MÅNED: JUNI

DATO 3 KM 5 KM 7 KM 10 KM BEMÆRKNINGER

Mandag 3 **FEMINA KVINDELØBET**

Onsdag 5 Jørgen Lisbeth Jan

Lørdag 8

Søndag 9

Mandag 10 **2. PINSEDAG TRÆNING KL. 10**

Onsdag 12 Gert Lisbeth Bjarne

Lørdag 15

Søndag 16

Mandag 17 Gert Arne Kirsten/Jørgen Mogens

Onsdag 19 Anna-Lise **MIDSOMMERLØB SUNDS**

Lørdag 22

Søndag 23

Mandag 24 Gert Lisbeth Jørgen/Jan Mogens **KLUBAFTEN**

TEKNISK TRÆNING V/ANDERS BONDE

Onsdag 26 Jørgen Lisbeth Mogens

Lørdag 29

Søndag 30

Mandag 1 juli Gert Jørgen Kirsten/Frits Bjarne

Onsdag 3 Jørgen Lisbeth Mogens