

## Program/Fællestræning frem mod Copenhagen Marathon 17. maj 2020

Dato	Distance (km)	Note	Forslag til rute
05.01.2019	15	Cross - Svendborg	Tved - Trolde skoven <a href="http://www.plotaroute.com/route/728945">www.plotaroute.com/route/728945</a>
12.01.2020	15	Fællestræning	Egense <a href="http://www.plotaroute.com/route/733711">www.plotaroute.com/route/733711</a>
19.01.2020	16	Cross Snapind Skoven	Helagervej <a href="http://www.plotaroute.com/route/736124">www.plotaroute.com/route/736124</a>
26.01.2020	17	Fællestræning	Øhavsstien (Vejstrup ådal)
02.02.2020	18	Cross Skovsøen	Christiansminde <a href="http://www.plotaroute.com/route/882454">www.plotaroute.com/route/882454</a>
09.02.2020	20	Fællestræning	Thurø <a href="http://www.plotaroute.com/route/801964">www.plotaroute.com/route/801964</a>
16.02.2020	20	Cross Lundeberg	Tag med til Lundeberg - løb hjem <a href="http://www.plotaroute.com/route/521637">www.plotaroute.com/route/521637</a>
23.02.2020	22	Fællestræning	Christiansminde Cannonball/Mariannes nr. 100
01.03.2020	21	Cross Svanninge Bakker	Sørup - Tved (16) + Jernbanesti (5) <a href="http://www.plotaroute.com/route/736124">www.plotaroute.com/route/736124</a> <a href="http://www.plotaroute.com/route/736102">www.plotaroute.com/route/736102</a>
08.03.2020	24	Fællestræning	Ballen - Lehnskov <a href="http://www.plotaroute.com/route/770226">www.plotaroute.com/route/770226</a>
15.03.2020	15	Cross Nyborg Vold	Egense <a href="http://www.plotaroute.com/route/733711">www.plotaroute.com/route/733711</a>
22.03.2020	24	Fællestræning	Øhavsstien (Ollerup)
29.03.2020	27	Fællestræning	Christiansminde - Hellagervej <a href="http://www.plotaroute.com/route/790135">www.plotaroute.com/route/790135</a>
05.04.2020	27	Fællestræning - Palmesøndag	Christiansminde - Sørup <a href="http://www.plotaroute.com/route/793753">www.plotaroute.com/route/793753</a>
13.04.2020	24	Fællestræning - Påskedag	Tåsinge (17) + Sørup sø (7) <a href="http://www.plotaroute.com/route/628838">www.plotaroute.com/route/628838</a> <a href="http://www.plotaroute.com/route/770231">www.plotaroute.com/route/770231</a>
19.04.2020	30	Fællestræning	Thurø <a href="http://www.plotaroute.com/route/802001">www.plotaroute.com/route/802001</a>
26.04.2020	24	Fællestræning	Ballen - Lehnskov <a href="http://www.plotaroute.com/route/770226">www.plotaroute.com/route/770226</a>
03.05.2020	17	Fællestræning	Tåsinge <a href="http://www.plotaroute.com/route/628838">www.plotaroute.com/route/628838</a>
10.05.2020	10	Fællestræning	Sørup sø - Odensevej <a href="http://www.plotaroute.com/route/736106">www.plotaroute.com/route/736106</a>
17.05.2020	42	CPH	