

Borup Løbeklub HOLD 1 - 2019

	Gang	Løb	Gang	Løb	Gang	Løb	Gang	Løb	Gang	I alt	Løb	Gang	Gennemført
12	2	2	2	1	2	1	2	2	2	16	6	10	
13	2	2	2	2	2	1	2	2	2	17	7	10	
14	2	2	2	3	2	1	2	2	2	18	8	10	
15	2	2	2	3	2	1	2	3	2	19	9	10	
16	2	3	1	3	2	1	2	3	2	19	10	9	
17	2	3	1	4	2	1	2	3	2	20	11	9	
18	2	3	1	4	2	1	2	4	2	21	12	9	
19	2	3	1	4	2	2	1	5	2	22	14	8	
20	2	4	1	4	2	2	1	6	2	24	16	8	
21	2	4	1	5	1	2	1	7	2	25	18	7	
22	2	6	0	0	1	3	1	7	1	21	16	5	
23	2	6	0	0	1	3	1	8	1	22	17	5	
24	2	6	0	0	1	3	1	8	1	22	17	5	
25	2	7	0	0	1	4	1	8	1	24	19	5	
26	2	7	0	0	1	4	1	8	1	24	19	5	Sommerferie
27	2	7	0	0	1	4	1	8	1	24	19	5	Sommerferie
28	2	7	0	0	1	4	1	8	1	24	19	5	Sommerferie
29	2	7	0	0	1	4	1	8	1	24	19	5	Sommerferie
30	2	7	0	0	1	4	1	8	1	24	19	5	Sommerferie
31	2	7	0	0	1	4	1	8	1	24	19	5	Sommerferie
32	2	7	0	0	1	4	1	8	1	24	19	5	Sommerferie
33	2	6	0	0	1	3	1	8	1	22	17	5	
34	2	7	0	0	1	3	1	8	1	23	18	5	
35	2	7	0	0	1	4	1	8	1	24	19	5	
36	2	8	0	0	1	4	1	9	1	26	21	5	
37	1	8	0	0	1	4	1	9	1	25	21	4	
38	1	9	0	0	1	4	1	9	1	26	22	4	
39	1	9	0	0	1	5	1	10	1	28	24	4	
40	1	10	0	0	1	5	1	10	1	29	25	4	
41	1	10	0	0	1	5	1	10	1	29	25	4	
42	1	11	0	0	1	5	1	11	1	31	27	4	
43	1	11	0	0	1	5	1	11	1	31	27	4	
44	1	12	0	0	1	5	1	12	1	33	29	4	
45	1	12	0	0	1	6	1	12	1	34	30	4	
46	0	13	0	0	1	6	1	13	1	35	32	3	
47	0	13	0	0	1	6	1	13	1	35	32	3	
48	0	14	0	0	1	6	1	14	1	37	34	3	
49	0	14	0	0	1	6	1	14	1	37	34	3	
50	0	15	0	0	1	6	1	15	1	39	36	3	
51	0	15	0	0	1	6	1	15	1	39	36	3	
52	0	16	0	0	1	6	1	16	1	41	38	3	
1	0	16	0	0	1	7	1	16	0	41	39	2	
2	0	17	0	0	1	7	1	17	0	43	41	2	
3	0	17	0	0	1	7	1	17	0	43	41	2	
4	0	18	0	0	1	7	1	17	0	44	42	2	
5	0	18	0	0	1	7	1	18	0	45	43	2	
6	0	18	0	0	1	8	1	18	0	46	44	2	
7	0	18	0	0	1	8	1	18	0	46	44	2	
8	0	18	0	0	1	8	1	18	0	46	44	2	
9	0	18	0	0	1	9	1	18	0	47	45	2	
10	0	18	0	0	1	9	1	18	0	47	45	2	
11	0	18	0	0	1	9	1	18	0	47	45	2	

Løbes lidt hurtigere

Sommerferie: Borup løbeklub løber også i sommerferien. Men der kan forekomme mangel på trænere i denne periode.

Sæsonmål: Der trænes mod Walt-a-ton i efteråret. Der løbes 5 km!

Vintertræning: Der trænes om vinteren så man er mere end klar til hold to til næste sæsonstart.