

Borup Løbeklub HOLD 2 - 2019

	Gang	Løb	Gang	Løb	Gang	Løb	Gang	Løb	Gang	I alt	Løb	Gang	Gennemført
12	1	6	2	6	2	4	2	7	2	32	23	9	
13	1	7	2	6	2	4	2	7	2	33	24	9	
14	1	7	2	7	2	4	2	7	2	34	25	9	
15	1	7	1	7	2	5	2	7	2	34	26	8	
16	1	7	1	7	2	5	2	7	2	34	26	8	
17	1	8	1	7	2	5	2	7	2	35	27	8	
18	1	8	1	7	2	5	2	8	2	36	28	8	
19	1	8	1	8	2	6	1	8	2	37	30	7	
20	0	8	1	8	2	6	1	8	2	36	30	6	
21	0	9	1	9	1	6	1	9	1	37	33	4	
22	0	9	1	9	1	6	1	9	1	37	33	4	
23	0	9	1	10	1	7	1	9	1	39	35	4	
24	0	12	0	0	1	7	1	13	1	35	32	3	
25	0	13	0	0	1	7	1	13	1	36	33	3	
26	0	13	0	0	1	7	1	13	1	36	33	3	Sommerferie
27	0	13	0	0	1	7	1	13	1	36	33	3	Sommerferie
28	0	13	0	0	1	7	1	13	1	36	33	3	Sommerferie
29	0	13	0	0	1	7	1	13	1	36	33	3	Sommerferie
30	0	13	0	0	1	7	1	13	1	36	33	3	Sommerferie
31	0	13	0	0	1	7	1	13	1	36	33	3	Sommerferie
32	0	13	0	0	1	7	1	13	1	36	33	3	Sommerferie
33	0	13	0	0	1	7	1	13	1	36	33	3	
34	0	13	0	0	1	7	1	13	1	36	33	3	
35	0	13	0	0	1	7	1	13	1	36	33	3	
36	0	14	0	0	1	8	1	14	0	38	36	2	
37	0	15	0	0	1	8	1	14	0	39	37	2	
38	0	16	0	0	1	8	1	14	0	40	38	2	
39	0	16	0	0	1	8	1	15	0	41	39	2	
40	0	16	0	0	1	8	1	15	0	41	39	2	
41	0	17	0	0	1	8	1	16	0	43	41	2	
42	0	17	0	0	1	9	1	17	0	45	43	2	
43	0	18	0	0	1	9	1	17	0	46	44	2	
44	0	18	0	0	1	9	1	18	0	47	45	2	
45	0	19	0	0	1	9	1	18	0	48	46	2	
46	0	19	0	0	1	9	1	19	0	49	47	2	
47	0	20	0	0	1	9	1	19	0	50	48	2	
48	0	20	0	0	1	9	1	20	0	51	49	2	
49	0	21	0	0	1	9	1	20	0	52	50	2	
50	0	21	0	0	1	10	1	21	0	54	52	2	
51	0	22	0	0	1	10	1	21	0	55	53	2	
1	0	22	0	0	1	10	1	22	0	56	54	2	
2	0	23	0	0	1	10	1	22	0	57	55	2	
3	0	23	0	0	1	10	1	23	0	58	56	2	
4	0	24	0	0	1	10	1	23	0	59	57	2	
5	0	24	0	0	1	10	1	23	0	59	57	2	
6	0	24	0	0	1	10	1	23	0	59	57	2	
7	0	24	0	0	1	10	1	23	0	59	57	2	
8	0	24	0	0	1	10	1	23	0	59	57	2	
9	0	24	0	0	1	10	1	23	0	59	57	2	
10	0	24	0	0	1	10	1	23	0	59	57	2	
11	0	24	0	0	1	10	1	23	0	59	57	2	
12	0	24	0	0	1	10	1	23	0	59	57	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 10 km!

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