

Träningar 2020

Vecka	Dag	Tid	Plats	Vad	Utsättning	Inplocka	Start/Mål	Banläggare
38	sön	20 sept	9.00	Badet Lövestad	Rullskidor		Lise	
39	tis	22 sept	18.00	Maglehem/Lillehem	Teknikslingor	Bengt H	Sam	Bengt H
39	ons	23 sep	19.15	Tomelilla	Bad på Österlenbadet		Anita	
39	tor	24 sep	18.00	Maglehem/Lillehem	Teknikslingor	Bengt H	Sam	Bengt H
40	tis	29 sep	18.00	sjöbo ora	Teknikslingor	Kent	Magnus N	Magnus N
40	ons	30 sep	19.15	Tomelilla	Bad på Österlenbadet		Anita	
40	tor	1 okt	18.00	sjöbo ora	Teknikslingor	Kent	Magnus N	Magnus N
40	tor	1 okt	18.30	Klubbstugan	Rullskidor		Lise	
40	sön	4 okt	9.00	Badet Lövestad	Rullskidor		Lise	
41	tis	6 okt	18.30	Klubbstugan	Natt-ol med frågesport	Maria	Ola	Johan
41	ons	7 okt	19.15	Tomelilla	Bad på Österlenbadet		Anita	
41	tor	8 okt	18.30	Klubbstugan	Rullskidor/Löpträning			
42	tis	13 okt	18.30	Klubbstugan	Nattcup	Rolf/Christina	Kjell	Heide
42	ons	14 okt	19.15	Tomelilla	Bad på Österlenbadet		Anita	
42	tor	15 okt	18.30	Klubbstugan	Rullskidor/Löpträning			
42	sön	18 okt	9.00	Badet Lövestad	Rullskidor		Lise	
43	tis	20 okt	18.30	Klubbstugan	Nattcup	Jan B	Sam	Heide
43	ons	21 okt	19.15	Tomelilla	Bad på Österlenbadet		Anita	
43	tor	22 okt	18.30	Klubbstugan	Rullskidor/Löpträning			
44	tis	27 okt	18.30	Klubbstugan	Nattcup	Elmvik	Michael/Elin	Heide
44	ons	28 okt	19.15	Tomelilla	Bad på Österlenbadet		Anita	
44	tor	29 okt	18.30	Klubbstugan	Löpträning/Rullskidor			
44	sön	1 nov	9.00	Badet Lövestad	Rullskidor		Lise	
45	tis	3 nov	18.30	Klubbstugan	Nattcup	Rolf/Christina	Ola	Heide
45	ons	4 nov	19.15	Tomelilla	Bad på Österlenbadet		Anita	
45	ons	4 nov		Ystad	Natt KM			
45	tor	5 nov	18.30	Klubbstugan	Rullskidor/Löpträning			
46	tis	10 nov	18.30	Klubbstugan	Nattcup	Kent	Magnus/Clara	Heide
46	ons	11 nov	19.15	Tomelilla	Bad på Österlenbadet		Anita	
46	tor	12 nov	18.30	Klubbstugan	Rullskidor/löpträning			

45	sön	15 nov	10,00	Klubbstugan	Lång löpning			Sam	
47	tis	17 nov	18.30	Klubbstugan	Nattcup	Bo/Kerstin	Sam	Heide	heide
47	ons	18 nov	18.30	Tomelilla	Bad på Österlenbadet			Anita	
47	tor	19 nov	18.30	Klubbstugan	Rullskidor/löpträning				
46	sön	22 nov	10,00	Klubbstugan	Lång löpning			Sune	
48	tis	24 nov	18.30	Klubbstugan	Prisutdelning med glasstrut			Ingela	
48	ons	25 nov	19.15	Tomelilla	Bad på Österlenbadet			Anita	
48	tor	26 nov	18.30	Klubbstugan	Rullskidor/löpträning				
47	sön	29 nov	10,00	Klubbstugan	Lång löpning			Jonas	
49	ons	2 dec	19.15	Tomelilla				Anita	
50	ons	9 dec	19.15	Tomelilla	Bad på Österlenbadet			Anita	
51	tis	15 dec	18.30	Klubbstugan	GPS-OL med glögg			Heide	heide
51	ons	16 dec	19.15	Tomelilla	Bad på Österlenbadet			Anita	
52	ons	23 dec	19.15	Tomelilla	Bad på Österlenbadet			Anita	
52	fre	25 dec	10.00	Jullöp					

OBS! Ändringar kan uppstå, håll utkik på hemsidan./ Träningskommittén