

DIF - MOTION			OKTOBER - NOVEMBER - DECEMBER 2019
UGE	DAG	DATO	MØDESTED/TUR
40	Onsdag	02-okt	Bøgeskovsturen
	Fredag	04-okt	Vintersæson Delta i Slagelse starter (banetræning kl. 16.30)
	Lørdag	05-okt	Tuelsø rundt
41	Mandag	07-okt	Intervaltræning v/Michael
	Onsdag	09-okt	Sæsonafslutning i Elmegårdshallen - Bøgeskoven
	Lørdag	12-okt	Bromme
42	Mandag	14-okt	Bagerturen
	Onsdag	16-okt	Kulturturen
	Lørdag	19-okt	Norddruplund
43	Mandag	21-okt	Intervaltræning v/Christina
	Onsdag	23-okt	Tour de Tove
	Lørdag	26-okt	Verup
44	Mandag	28-okt	Intervaltræning v/Vagn
	Onsdag	30-okt	4 Kløverturen
	Lørdag	02-nov	Våseskov
45	Mandag	04-nov	Intervaltræning v/Jens Jørgen
	Onsdag	06-nov	Andeløb
	Lørdag	09-nov	Crossløb 1. afd. Asnæs
46	Mandag	11-nov	Intervaltræning v/Michael
	Onsdag	13-nov	Tersløseturen
	Lørdag	16-nov	Overdrevsskoven
47	Mandag	18-nov	Bagerturen
	Onsdag	20-nov	Byen rundt 2 gange
	Lørdag	23-nov	Julefrokost - Bromme
48	Mandag	25-nov	Intervaltræning v/Christina
	Onsdag	27-nov	Tour de Tove
	Lørdag	30-nov	Sorø Sø P-Plads på Parnasvej
49	Mandag	02-dec	Intervaltræning v/Vagn
	Onsdag	04-dec	4 Kløverturen
	Lørdag	07-dec	Crossløb 2. afd. Hvalsø
50	Mandag	09-dec	Intervaltræning v/Jens Jørgen
	Onsdag	11-dec	Tersløseturen
	Lørdag	14-dec	Julehygge hos forkvinden - Bøgeskoven
51	Mandag	16-dec	Intervaltræning v/Michael
	Onsdag	18-dec	Byen rundt 2 gange
	Lørdag	21-dec	Norddruplund
52	Mandag	23-dec	Bagerturen
	Lørdag	28-dec	Våseskovturen
1	Mandag	30-dec	Intervaltræning v/Christina
	Tirsdag	31-dec	Nytårsløb i Sorø

Husk - Lørdagsløb kl. 10.00 - Vi skifter til Holbergshallen fra d. 14 oktober