

Faaborg OK

Løbs- og træningsplan oktober - december 2019

Hvornår	Hvad	Hvor	Hvem
September			
Søndag den 22. september 2019	Divisionsmatch 2. og 3. Division tilmelding via www.o-service.dk	Munkebjerg	OK Snab
Mandag den 23. september kl. 17:30	Løbetræning i Svanninge	Klubhuset. Odensevej 150, 5600 Faaborg	Søren Klingenberg og Anja Hedemann
Torsdag den 26. september 2019 kl. 17:00	Træningsløb Spisning efter træning tilmelding senest mandag 23/9 kl. 18.00 på: christoffersen88@me.com	Klubhuset, Odensevej 150, 5600 Faaborg	Familien Hedemann
Mandag den 30. september kl. 17:30	Løbetræning i Svanninge	Klubhuset. Odensevej 150, 5600 Faaborg	Søren Klingenberg og Anja Hedemann
Oktober			
Lørdag den 5. oktober 2019 kl. 13.00	Træningsløb	Sollerup skov. Mødested: Bålpladsen Parkering langs Sollerupvej	Morten Heidtmann Pedersen
Søndag den 6. oktober 2019	DM Hold tilmelding via www.o-service.dk	Als Nørreskov	OK Syd
Mandag den 7. oktober kl. 17:00	Løbetræning i Svanninge	Klubhuset. Odensevej 150, 5600 Faaborg	Søren Klingenberg og Anja Hedemann
Lørdag den 12. oktober 2019	Lørdagen inden uge 42 Efterårsferie, ingen træning		
Søndag den 13. oktober 2019	Løvfaldsløbet, tilmelding via www.o-service.dk	Vesterskoven	Silkeborg OK
Mandag den 14. oktober kl. 17:00	Løbetræning i Svanninge	Klubhuset. Odensevej 150, 5600 Faaborg	Søren Klingenberg og Anja Hedemann
Lørdag den 19. oktober 2019 kl. 13.00	Træningsløb ved klubhuset	Svanninge Bakker. Klubhuset, Odensevej 150, 5600 Faaborg	Peter Mindegård
Mandag den 21. oktober kl. 17:00	Løbetræning i Svanninge	Klubhuset. Odensevej 150, 5600 Faaborg	Søren Klingenberg og Anja Hedemann
Fredag den 25. – lørdag den 26. og søndag den 27. oktober 2019	Høst Open tilmelding via www.o-service.dk	Bornholm. Rønne, Rø Plantage og Hammeren	Viking
Mandag den 28.	Løbetræning i Svanninge	Klubhuset. Odensevej	Søren Klingenberg

Faaborg OK

Løbs- og træningsplan oktober - december 2019

oktober kl. 17:00		150, 5600 Faaborg	og Anja Hedemann
November			
Lørdag den 2. november 2019 kl. 13:00	Klubmesterskaber Tilmelding via http://www.fynskssprintcup.dk/o-fyn.svok.dk	Sofielund, Svendborg Vest Parkering på Cottaslow (sidevej til Tipsvænget) Svendborg	Svendborg OK
Mandag den 4. november kl. 17:00	Løbetræning i Svanninge	Klubhuset. Odensevej 150, 5600 Faaborg	Søren Klingenberg og Anja Hedemann
Lørdag den 9. november 2019 kl. 13.00	Træningsløb i Faaborg	Faaborg by, syd-øst. Mødested: Forum Faaborg, Sundvænget 4-8, 5600 Faaborg	Uffe Møller
Søndag den 10. november 2019	Jættemilen, ultralange baner tilmelding via www.o-service.dk	Gribskov Syd	OK 73 Gladsaxe
Mandag den 11. november kl. 17:00	Løbetræning i Svanninge	Klubhuset. Odensevej 150, 5600 Faaborg	Søren Klingenberg og Anja Hedemann
Lørdag den 16. november 2019 kl. 13.00	Træningsløb ved klubhuset	Svanninge Bakker. Klubhuset, Odensevej 150, 5600 Faaborg	Aksel Skovlyst
Mandag den 18. november kl. 17:00	Løbetræning i Svanninge	Klubhuset. Odensevej 150, 5600 Faaborg	Søren Klingenberg og Anja Hedemann
Lørdag den 23. november 2019 kl. 13.00	Træningsløb ved klubhuset	Svanninge Bakker. Klubhuset, Odensevej 150, 5600 Faaborg	Hans Larsen
Mandag den 25. november kl. 17:00	Løbetræning i Svanninge	Klubhuset. Odensevej 150, 5600 Faaborg	Søren Klingenberg og Anja Hedemann
Lørdag den 30. november 2019 kl. 13.00	Æbleskiveløb	Æbleskiveløb: Faaborg vest, Peter Hansensvej 36, 5600 Faaborg	Kurt L. Andersen og Olav C.
December			
Mandag den 2. december kl. 17:00	Løbetræning i Svanninge	Klubhuset. Odensevej 150, 5600 Faaborg	Søren Klingenberg og Anja Hedemann
Lørdag den 14. december 2019 kl. 13.00	Juletræsløb	Klubhuset, Odensevej 150, 5600 Faaborg	
2. juledag den 26. december 2019 kl. 10.00	Julemarch i Svanninge	Mødested: Svanninge Hallen	Aksel Skovlyst og Olav Christoffersen

Faaborg OK

Løbs- og træningsplan oktober - december 2019