

# Sydbank Løbet . Walk & Run

## For-træning - ½ marathon.

Dato	Kl.	Mødested	Distance	Rute
24/8/21	18:00	Sydbank	10+ km	<u>Sydbank 10 km ruten.</u> Til Tronsøen - den Skævebane - til venstre ved indgang til vandværkssøen - på tværs til gården - til venstre før gården - hjem igennem skoven - til Tronsøen - til Sydbank.
31/8/21	18:00	Skouniverset	12-13 km	<u>Utoft Plantage:</u> Til Utoft plantage ad Hejnsvig stien - til venstre ind i skoven - kort efter til højre ind i skoven - rundt i skoven - tilbage til Utoftevej - til Skouniverset.
7/9/21	18:00 17:30: HOKA- demo	Sport24	14-15 km	<u>Søruten:</u> Til Dalsøen og rundt - til stien i vestsiden til markvejen til Kolstrupvej - til Tronsøen halvt rundt - videre til Engsøen og rundt - tilbage til Sport24.
14/9/21	18:00	Cafe J	16-17 km	<u>Wilhelmsminderuten:</u> Start mod sygehuset - til venstre på stien bag rådhuset - til Tronsøen - den skæve bane til Vilhelmsmindevej - til Sdr. Omme Stien - tilbage til Cafe J.
21/9/21	18:00	Tandlægerne Birketorvet	14-15 km	<u>Hundeskoven . Vandværkssøen:</u> Vesterbrogade - Krogagervej - hundeskoven rundt - tilbage ad kærlighedsstien - kirkestien - til Den skæve bane - rundt om vandværkssøen - 10 km. ruten tilbage til tandlægerne.
28/9/21	18:00	Sydbank	12-13 km	<u>Karensminderuten:</u> Skolegade - til Tronsøen og rundt . Tronsø Parkvej - til Engsøen - i vest enden af Engsøen til Karensminde - rundt i skoven ved Karensminde - tilbage til Engsøen - til kirken ad hjertestien til Østerbrogade - Borgergade til Sydbank