

2 halvår 2024		Fartholderplan for fartgrupperne motion til hver tirsdag hver torsdag er der Motion + træning					
		< 5½ min/km	6 min/km		6½ min/km		>7 min/km
		Lang rute	Lang rute	kort - 5 km	Lang rute	Kort - 5 km	Kort - 5 km
34	20-aug	Uffe Lambæk	John O.	Ikke i program pt.	Niels	Odd	Preben I
	22-aug						
35	27-aug	Poul	Carsten P	Ikke i program pt.	John O.	Helga	Preben I
	29-aug						
36	03-sep	Lars Erik	Mille	Ikke i program pt.	Helga	Bjarne	Jens-Erik
	05-sep						
37	10-sep	Asger H	Tommy	Ikke i program pt.	Niels	Helga	Preben I
	12-sep						
38	17-sep	Uffe Lambæk	John O.	Ikke i program pt.	Helga	Odd	Jens-Erik
	19-sep						
39	24-sep	Poul	Carsten P	Ikke i program pt.	John O.	Vibeke	Preben I
	26-sep						
40	01-okt	Lars Erik	Mille	Ikke i program pt.	Niels	Odd	Vibeke
	03-okt						
41	08-okt	Klubtur til Bjergby	Klubtur til Bjergby	Ikke i program pt.	Klubtur til Bjergby	Klubtur til Bjergby	Klubtur til Bjergby
	10-okt						
42	15-okt	Asger H	Tommy	Ikke i program pt.	Helga	Bjarne	Jens-Erik
	17-okt						
43	22-okt	Uffe Lambæk	John O.	Ikke i program pt.	Niels	Vibeke	Preben I
	24-okt						
44	29-okt	Poul	Carsten P	Ikke i program pt.	Helga	Bjarne	Jens-Erik
	31-okt						
45	05-nov	Lars Erik	Mille	Ikke i program pt.	Niels	Odd	Vibeke
	07-nov						
46	12-nov	Asger H	Tommy	Ikke i program pt.	Helga	Bjarne	Jens-Erik
	14-nov						
47	19-nov	Uffe Lambæk	John O.	Ikke i program pt.	Niels	Vibeke	Preben I
	21-nov						
48	26-nov	Poul	Carsten P	Ikke i program pt.	Helga	Bjarne	Jens-Erik
	28-nov						
49	03-dec	Lars Erik	Mille	Ikke i program pt.	Niels	Helga	Preben I
	05-dec						
50	10-dec	Asger H	Tommy	Ikke i program pt.	Helga	Vibeke	Jens-Erik
	12-dec						
51	17-dec	Uffe Lambæk	John O.	Ikke i program pt.	Niels	Odd	Preben I
	19-dec						
52	24-dec			Ikke i program pt.			
	26-dec						