

2 halvår 2026		Fartholderplan for fartgrupperne motion til hver tirsdag hver torsdag er der Motion + træning - se mere på hjemmesiden					
		< 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
32	04-aug			Ikke i program pt.			
	06-aug						
33	11-aug	Poul	Carsten P	Ikke i program pt.	Niels	Ikke i program pt.	Ikke i program pt.
	13-aug						
34	18-aug	Uffe Lambæk	Mille	Ikke i program pt.	John O.	Ikke i program pt.	Ikke i program pt.
	20-aug						
35	25-aug	Ole Gunnar	Nils L. Bruun	Ikke i program pt.	Mille	Ikke i program pt.	Ikke i program pt.
	27-aug						
36	01-sep	Mads Tjørnelund	Tommy	Ikke i program pt.	Niels	Ikke i program pt.	Ikke i program pt.
	03-sep						
37	08-sep	Asger H	Carsten P	Ikke i program pt.	John O.	Ikke i program pt.	Ikke i program pt.
	10-sep						
38	15-sep	Poul	Mille	Ikke i program pt.	Mille	Ikke i program pt.	Ikke i program pt.
	17-sep						
39	22-sep	Uffe Lambæk	Nils L. Bruun	Ikke i program pt.	Niels	Ikke i program pt.	Ikke i program pt.
	24-sep						
40	29-sep	Ole Gunnar	Tommy	Ikke i program pt.	John O.	Ikke i program pt.	Ikke i program pt.
	01-okt						
41	06-okt	Asger H	Carsten P	Ikke i program pt.	Mille	Ikke i program pt.	Ikke i program pt.
	08-okt						
42	13-okt	Poul	Mille	Ikke i program pt.	Niels	Ikke i program pt.	Ikke i program pt.
	15-okt						
43	20-okt	Uffe Lambæk	Carsten P	Ikke i program pt.	John O.	Ikke i program pt.	Ikke i program pt.
	22-okt						
44	27-okt	Ole Gunnar	Tommy	Ikke i program pt.	Mille	Ikke i program pt.	Ikke i program pt.
	29-okt						
45	03-nov	Asger H	Nils L. Bruun	Ikke i program pt.	Niels	Ikke i program pt.	Ikke i program pt.
	05-nov						
46	10-nov	Poul	Carsten P	Ikke i program pt.	John O.	Ikke i program pt.	Ikke i program pt.
	12-nov						
47	17-nov	Uffe Lambæk	Tommy	Ikke i program pt.	Mille	Ikke i program pt.	Ikke i program pt.
	19-nov						
48	24-nov	Ole Gunnar	Nils L. Bruun	Ikke i program pt.	Niels	Ikke i program pt.	Ikke i program pt.
	26-nov						
49	01-dec	Asger H	Carsten P	Ikke i program pt.	John O.	Ikke i program pt.	Ikke i program pt.
	03-dec						
50	08-dec	Poul	Tommy	Ikke i program pt.	Mille	Ikke i program pt.	Ikke i program pt.
	10-dec						
51	15-dec	Uffe Lambæk	Nils L. Bruun	Ikke i program pt.	Niels	Ikke i program pt.	Ikke i program pt.
	17-dec						
52	22-dec	Juleferie	Juleferie	Juleferie	Juleferie	Juleferie	Juleferie
	24-dec						
53	29-dec	Juleferie	Juleferie	Juleferie	Juleferie	Juleferie	Juleferie
	31-dec						