

LØBEPROGRAM: APRIL

NÆSBY



motion

DAG	DATO	KL.	TUR	KM	TID
Tirs	2/4	17:30	Eventyrruten	10	60
Tors	4/4	17:30	Intervaller Skyttehuset	10	60
Tirs	9/4	17:30	Odins bro	10	60
Tors	11/4	17:30	Hvad synes du?	10	60
Tirs	15/4	17:30	Politigården	10	60
Tors	23/4	17:30	Kirkendrup skov	10	60
Tirs	25/4	17:30	Don Ø turen	10,3	60
Tirs	30/4	17:30	Eventyrruten	10	60

En nærmere beskrivelse af ruterne kan ses på den ophængte oversigt – og på hjemmesiden: [www.n-i-f.dk](http://www.n-i-f.dk)

## **Eventyrruten**

**Stien til træbro, krydse Stavis Å, herfra følges Eventyrruten, hjem af Søhusstien**

## **Intervaller skyttehuset**

**Søhusstien, Åløkkeskoven, Næsbyhovedskov, Rundtur omkring skyttehuset 3 x (der er to ture en kort og en lang), hjem: Fuglsang, Bogensevej, Søhusstien.**

## **Odins Bro**

**Til venstre ad søhusstien, til højre ad Bogensevej, til Næsbyhovedvej, til Lumbyvej, til Kanalvej, igennem havne området til Toldbodgade, til Buchwaldgade, til venstre ad Skibhusvej, til venstre ad Egebæksvej, til venstre ad Windelsvej, til højre ad Victoriagade, til højre ad Havnegade, til højre op af trappen ved Odins Bro, over Odins bro, hjem ad Søhusstien,**

## **Politigården**

**Søhusstien, Jægerhusstien, Ålykkehaven, Toldbodgade, Buchwaldgade, Skibhusvej, Heltzensgade, Fabersgade, Grønlandsgade, Østergade, Brogade (politigården), Overgade, Stålstrædet, Slotsgade, Kongensgade, Rugårdsvej, Søhusstien**

## **Kirkendrup Skov**

**Bogensevej, Stærehusvej, Kirkendrup skov (1 km interval). Hjem via stien bag ved Storkeløkken, Næsby haveforening,, Smedebakken, Bogensevej, Thune Nielsens vej.**

## **Don Ø turen**

**Søhusstien, Langesøstien, Stadionvej, Hauge Plads, Køvermosevej, Sdr. Boulevard, Vandværksvej, Falen, Fællevej, Store Glasvej, Grønløkkevej, Åløkke Alle, Jægerhusstien, Søhusstien**

## **Eventyrruten**

**Stien til træbro, krydse Stavis Å, herfra følges Eventyrruten, hjem af Søhusstien**