

LØBEPROGRAM:**OKTOBER****NÆSBY****motion**

DAG	DATO	KL.	TUR	KM	TID
TORS	1	18	CAROLINE RUTEN	10	60
SØN	4		HEPPEKOR FOR DEM DER LØBER HCA		
TIRS	6	18	KIRKENDRUPSKOVEN	10	60
TORS	8	18	ODIENSBROEN	10	60
SØN	11	10	MUNKEDAMMEN	16	90
TIRS	13	18	FAXE KONDI	10	60
TORS	15	18	POLITI TUREN	10	60
SØN	18	10	LUMBY	16	90
TIRS	20	18	NÆSBYHOVEDBROBY	10	60
TORS	22	18	KANAL TUREN	10	60
SØN	25	10	SKOVØEN	16	90
TIRS	27	18	KARIANS SKOLEVEJ	10	60
TORS	29	18	AMU TUREN	12	70

En nærmere beskrivelse af ruterne kan ses på den ophængte oversigt – og på hjemmesiden: www.n-i-f.dk