

Treningsplan august-2009

	Landevei	Turgruppa ?	Offroad
Tirsdag 11. August			Ritt vangsåsen opp.
Torsdag 13. August	Bli enige om tur på stedet		Møt opp vikingskipet, bli enige om tur.
Søndag 16. August	Bli enige om tur på stedet		Rolig langtur rotlia-tangen 2.5-3 timer.
Tirsdag 18. August	Bli enige om tur på stedet		Ritt furnes offroad.
Torsdag 20. August	Bli enige om tur på stedet		Møt opp vikingskipet, bli enige om tur.
Søndag 23. August	Bli enige om tur på stedet		Rolig langtur Brumunddal-furnes 2-3 timer.
Tirsdag 25. August	Bli enige om tur på stedet		4-5 korte drag av 30 sek.
Torsdag 27. August	Bli enige om tur på stedet		Trilletur sos.aktivitet.
Lørdag 29. August	Hjelpe "terrengfolket" med langeservice på Briken?		Det store målet Birkebeinerrittet, lykke til alle sammen.