

# Træningsløb på Ahl hage Ved Ebeltoft, lørdag den 30/1

---

Hej alle

Jeg har lavet 3 baner i den lille skov her ved Ebeltoft og håber at der er mange af jer, som kunne have lyst til at løbe en tur herude, på trods af corona restriktionerne.

Skoven er let løbelig og meget åben, især her om vinteren, så det er svært at gøre banerne svære.

Bane 1 og 2 har henholdsvis 9 og 11 poster, er hver på 3,3 km., og hvis man løber lang bane, tager man begge 2. Der er ikke postsammenfald på de 2 baner.

Bane 12 på 4,3 km. Er en blanding af de 2 baner, med andre stræk end bane 1 og 2.

Så for de seje kan man løbe alle 3 baner på en gang (10,9 km)

Jeg forventer at sætte O-skærme op lørdag morgen, så der er klar bane kl. 11.00, og regner med at samle dem ind igen søndag efter kl. 14.00, så der er mulighed for en tur både lørdag og søndag.

Husk at tage de kendte corona hensyn også til skovens øvrige brugere.

PS: Håber at vores nye medlem Flemming, har lyst og mulighed for at løbe en tur også.

Venlig hilsen

Uffe Bach, Ebeltoft