

## **Vinter træningsløb lørdag 15/1 -22 i Grenaa Plantage:**

**Der er start ved krydset mellem Ydesvej og Den Grønne Vej. Der kan løbes hele dagen.**

**Løbet foregår Corona-venligt med print selv kort. Der er ingen tidtagning. Kontrollerne består udelukkende af faste poster. På Find Vej posterne står nummeret med småt på det lille skilt på siden.**

**Der er lagt 2 baner ind. De er begge svære. Den lange er 7,2 km og den korte er 3,8 km. Der er dog flere muligheder for at lave en mellemting ved at korte den lange bane af.**

**Det er tilstræbt at lave banerne, så det er oplagt at træne brug af kompas eller løb i terræn. Der er dog også i vid udstrækning mulighed for sti løb.**

**Jeg vil gerne have en tilbagemelding, når du/I har været ude at løbe. Det er rart at vide, hvor mange, der benytter sig af tilbuddet.**

**Du kan sende en sms til 30 54 75 06**

**Med ønsket om en god tur i skoven,**

**Tove Simonsen**