Romerike Runners Team

	GRUPPE 3 2015 / 2016 HØST/VINTER		
	Gruppeleder Kari Jensen mob.90913149		
MANDAG	PROGRAM	TORSDAG	PROGRAM
DATO		DATO	
		29.okt	NEBBEN,STRANDVEIEN TILBAKE
02.nov	SØRUMSP.STRØMSD SAGDALEN	05.nov	KJELLERHOLEN SOLVANGEN
09.nov	RÆLINGEN KORTLØYPE,KARDEMOMME	12.nov	SØRUMSP.STRØMSD SAGDALEN
16.nov	SKEDSMO KIRKE over holt vestv. gangvei	19.nov	SAGDALEN YRKESSKOLEN Ø STRØM
23.nov	KJELLERHOLEN SOLVANGEN	26.nov	LONGSDALEN 1/3 Sorenskriveren
30.nov	Vestbygt. STRANDVEIEN DYNO	03.des	KJELLERHOLEN SOLVANGEN
05.des	Vinterkarusellen, Løvenstad		
07.des	RÆLINGEN KORTLØYPE,KARDEMOMME	10.des	SKEDSMO KIRKE **Kl. 19:30: Nissefest, kafeen i skedsmohallen**
14.des	SØRUMSP.STRØMSD SAGDALEN	17.des	RUNDT NEBBEN
21.des	SKEDSMO KIRKE over holt vestv. gangvei	24.des	Julaften
28.des	Vestbygt. STRANDVEIEN DYNO	31.des	Nyttårsaften
30.des	Vinterkarusellen, Jessheim friidrettsstadion		
04.jan	Dyno, vollen til Nebben,vestbygt.	07.jan	SØRUMSP.STRØMSD SAGDALEN
09.jan	Vinterkarusellen, Bjørkelangen		
11.jan	KJELLERHOLEN SOLVANGEN	14.jan	SKEDSMO KIRKE over holt vestv. gangvei
18.jan	BRØTER 2 UNDERGANGER	21.jan	SAGDALEN STRANDVEIEN INTERVALL V/ELVA
23.jan	Vinterkarusellen, Fetsund Østersund ungdomsskole		
25.jan	SØRUMSP.STRØMSD SAGDALEN	28.jan	HOLT VESTV. GANGVEI over Skedsmo kirke
01.feb	BRØTER 2 UNDERGANGER **Kl. 19.30: Årsmøte, kafeen Skedsmohallen**	04.feb	KJELLERHOLEN SOLVANGEN
06.feb	Vinterkarusellen, Haga		
08.feb	4-3-2-2-3-4 MIN.V/NEBBEN	11.feb	500 M FETVEIEN
15.feb	KJELLER HOLT V. 4*4 MIN PÅ GANGVEI	18.feb	SØRUMSP.STRØMSD SAGDALEN
		18.feb	Vinterkarusellen, Årnes
22.feb	BRØTER 2 UNDERGANGER	25.feb	4-3-2-2-3-4 MIN.V/NEBBEN
29.feb	1000m DYNO langs ARENA	03.mar	NEBBEN,STRANDVEIEN TILBAKE
03.mar	Vinterkarusellen, Lillestrøm stadion		
07.mar	BRØTER 2 UNDERGANGER	10.mar	500 M FETVEIEN
12.mar	Vinterkarusellen, Lørenskoghallen		
14.mar	1000 M ROLF OLSENSVEI 4 STK	17.mar	KJELLER HOLT V. 4*4 MIN PÅ GANGVEI
21.mar	500 M FETVEIEN	24.mar	Skjærtorsdag
28.mar	2.Påskedag	31.mar	4-3-2-2-3-4 MIN.V/NEBBEN
04.apr	1000m DYNO langs ARENA	07.apr	500 M FETVEIEN
11.apr	Drag gangveien v/nebben	14.apr	1-2-3-4 MIN OG NED IGJEN V/NEBBEN?
18.apr	BRØTER 2 UNDERGANGER	21.apr	SAGDALEN STRANDVEIEN INTERVALL V/ELVA
25.apr	KJELLER HOLT V. 4*4 MIN PÅ GANGVEI	28.apr	1000 m x 4 ROLF OLSENSVEI

FORBEHOLD OM PROGRAMENDRINGER !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!