

## Nordvest OK - Sommertræning UsynligO

UGE	MØDEDATO Tirsdage kl. 18.00	HVOR LØBER VI gps startsted	BANELÆGGER
27	30. juni Mulighed for bad i søen bagefter!	Vilsbøl Plantage <a href="#">57.027776, 8.592749</a>	Jens Laurup
28	7. juli	Vandet Plantage <a href="#">56.985784, 8.607657</a>	Hermann P. Jensen
29	14. juli	Nystrup Plantage <a href="#">56.993734, 8.515453</a>	Bjarne Krogh
30	21. juli	Bøgsted Rende <a href="#">56.980113, 8.409165</a>	Hermann P. Jensen
31	28. juli	Tved Plantage <a href="#">57.052517, 8.678137</a>	Jens Laurup
32	4. august	Hanstholm gps	Steffen Alm
33	11. august	Nykøbing M. (sprint) gps	Steffen Alm

- Alle løb kommer på UsynligO snarest, og vil være her frem til og med uge 33 – **alle løb kan løbes når som helst i løbet af sommeren** men:
- Hvis du gerne vil møde dine klubkammerater, anbefales tirsdag kl. 18.00 i den pågældende uge, i den skov der står i skemaet
- Der vil oftest være 2 baner på ca. 3 og 4 km
- Du skal selv printe kortet. Har du trådløs printer kan du printe direkte fra UsynligO appen. Alternativt kan du sende kortet fra appen til din mail, eller du kan downloade kortet fra hjemmesiden [usynligo.no](http://usynligo.no) og derefter printe det