

AKTIVITETSOVERSIGT SPARTA MOTION 2019



Begivenhed	Dato	Tid	Mødested	Sted	Distance	Beskrivelse
Påskeløb	22. april	Kl. 10:00	Klampenborg Station	Dyrehaven	10-15 km	Forskellige distancer /forskellige niveauer
Træningsworkshop	TBA					
Stjerneløb	4. juni	Kl. 17:30	Idrætshuset, Østerbro	Kolonihaverne Ryparken	5/10 km	
Naked Run	3. september	Kl. 17:30	Idrætshuset, Østerbro	Kastellet	5/10 km	
Royal Run	10. juni					
Valentines Run	2020					
Night & Light Run	TBA					
Club La Santa tur	22-29 november			Lanzarothé		Deltagelse i International Running Challenge
Nissehueløb	16. december	Kl. 17:30	Idrætshuset, Østerbro	Rådhuspladsen	5 – 7 km	
Fedtforbrændingsløb	26. december	Kl. 10:00	Vedbæk Station		18 km	Vi løber tilbage til Østerbro
Tømmermandsløb	1.januar '20	Kl. 14:00	Klubhuset	Fælledparken	3 – 5 km	