

Corona tiltag i forhold til træning i Pinen og Plagen.

Start tirsdag 2/3.

Vi kan gennemføre vores træning og samtidig overholde forsamlingsforbuddet på max 25pers. når vi er samlet til træning. **OBS. Når vi er færdige med træningen og skal hjem, gælder forsamlingsforbuddet på max 5 personer.**

Det kræver at alle er med på at yde en ekstra indsats og tænke os om, så vi ikke får bøder .

Vi skal holde 1m's afstand, når vi mødes og 2m's mens vi løber/går. **Det er meget vigtigt !!!**

Er man bare lidt utilpas eller lidt syg SKAL man IKKE komme til træning.

Tirsdag og torsdag som beskrevet herunder - Søndage aftaler holdet selv, hvad de gør.

Gåhold Start kl. 18.30 fra Klubhuset (nr. 1 på kortet)

Tilmelding hver gang til Kirsten BP 29677925 eller Kirsten N 24230605 el. efter aftale

5.00 - 5.30 Start kl. 19.00 fra Ringvejens Vaskehal (nr. 2 på kortet)

Tilmelding hver gang til Benny på 20224648 — eller efter aftale

5.45 Start kl. 19.00 fra Kirketorvet (nr. 4 på kortet)

Tilmelding hver gang til Inger N. på 40122920 — eller efter aftale

6.00 - 6.15 - 6.30 Start kl. 19.00 fra Klubhuset (nr. 1 på kortet)

Tilmelding hver gang til Søren N. på 40453083 — eller efter aftale

6.45 - 7.00 Start kl. 19.00 fra P-pladsen ved Kelds køreskole

Tilmelding hver gang til Vinni på 20972488 el. Niels P på 61269505

— eller efter aftale **(nr. 3 på kortet)**

7.15 - 30 og Gl. begynder hold Start kl. 19.00 fra P-pladsen Kommunen

Tilmelding hver gang til Jann på 20243244 — eller efter aftale **(nr. 5 på kortet)**

Begynder / opsamlings hold Start kl. 19.00 fra Nykøbing Hallen (nr. 6 på kortet)

Tilmelding hver gang til Susanne F. på 24812031 — eller efter aftale.

Løbe og gang opstart i Pinen og Plagen fra tirsdag 2/3

Løbehold alle løbehold starter kl 19

5.00-5.30

Start ved Ringvejens Vaskehal

Tilmelding til Benny 20224648



5.45

Start på Kirketorget

Tilmelding hos Inger på 40122920



6.00 - 6.15 - 6.30

Start fra Klubhuset og Garagen.

Tilmelding hos Søren 40453083



6.45 - 7.00

Start fra P-pladsen ved Kelds køreskole

Tilmelding hos Vinni 20972488 el.
Niels 61269505



7.30 og start-hold

Start fra P-pladsen ved kommunen

Tilmelding hos Jann 20243244



Gåhold

Start kl 18.30 . Ved Klubhuset

Tilmelding hver gang til

Kirsten BP 29677925 el

Kirsten N 24230605



1: Klubhuset

Gåhold, 6:00, 6:15, 6:30

2: Ringvejens Vaskehal

5:00, 5:30

3: Kelds køreskole p-plads

6:45, 7:00

4: Kirketorvet

5:45

5: P-plads ved Morsø kommune

7:15 - 7:30

6: Nykøbing Hallen

Begynder / opsamlings hold

