

LANGTUR/ BIRKTRENING

Dette er bare forslag til treningsruter og kan godt forandres ved oppmøte.

DATO	OPPMØTE kl.1800	HVOR
MAI		
Tors 10	Sportshuset Melhus	Teknisk i Tambartunløypa- Hollum- Kvål
Tors 17	Melhus	17 mai toget på Melhus
Tors 24	Sportshuset Melhus	Udduvoll-Klætt-Fjøsvollan-Granåsen
Man 28 (2 pinsedag)	Statoil Lundamo Kl. 10.00	SamsjøRunden 1 (Lundadalen-Samsjøen- Singsås)
Tors 31	Hydrostasjon Kvål	Vassfjelltoppen, så Bøle-Midtflå-Langland-Autorasten-Kvål
JUNI		
Tors 7	Hydrostasjon Kvål	Vestsiden-Øvre Løberg-Grøtan-Stenset-Gaustadvatnet-Hjultjønn-Kvål
Tors 14	Eid Skole, Korsvegen Start kl.1800	”Hølonde Rundt” Trimritt
Søn 17	Statoil Lundamo Kl. 10.00	SamsjøRunden 2 (OBS: Støren-Singsås -Samsjøen)
Tors 21	Statoil Lundamo	Lyngen-Storvatnet-Kjelvollan-Hovin-Sletta-Vestsida
Tors 28	Statoil Lundamo	Lundadalen-Håen-Samsjøen-Lundadalen-Kjelvollan-Bysshaugen-Brøtasvingen-Lundamo
JULI		
Tors 5	Statoil Lundamo	Vestsiden-Hovin-Sandholtan-Tømmesdalen
Tors 12	Sportshuset Melhus	Strandveien-Øyås-Øybergløypa x2-Buvika-Ekren-Hollum
Tors 19	Sportshuset Melhus	Valgfri
Søn 22	Statoil Lundamo Kl. 10.00	SamsjøRunden 3 (Samsjøen- Singsås)
Tors 26	Sportshuset Melhus	Valgfri
AUGUST		
Tors 2	Sportshuset Melhus	Hølondeveien til Hove-Lille Grevsjø-Gurivatnet-Klefstad- osv
Søn 5	Statoil Lundamo	SamsjøRunden, Gauldals Familiesøndag
Tors 9	Sportshuset Melhus	Hollum-Krengnes-Kvål-Lundamo
Lør 11	Melhus Skysstasjon kl 0700	Savalen-Oppdal / SykkelEneren
Tors 16	Sportshuset Melhus	Rødde-Torgård-Tanem-Svean-Løkaunet-Brøttem-Fremo-Drømmensveien-Autorasten
Tors 23	Hjemme	Sykkelrep/ justering/vask
Fre 24 Lør 25	Melhus Skysstasjon/ Rena	Birkebeinerrittet

Atle Midtlyng Tlf. 95897781