



25. september 2011

**Løb langt på Als
træning**

Arrangør: GLK

Lang rute ca. 25 km
Start ved GLK i
Guderup, følg ruten
hvor km stiger i værdi
indtil du kommer til
startstedet igen.

God tur
MVH. GLK



GUDERUP LØBEKLUB

25. september 2011

**Løb langt på Als
træning**

Arrangør: GLK

Kort rute ca. 10 km
Start ved GLK i
Guderup, følg ruten
mod Nørreskoven,
Følg pilene rundt og
kom samme vej hjem.

God tur
MVH. GLK