






START TO RUN





































2012



www.elseac.be

www.elseac-starttorun.be

-  Training 'Rode Loop'
-  Training thuis
-  Eindproef ('Rode Loop')

januari							februari							maart							april						
m	d	w	d	v	z	z	m	d	w	d	v	z	z	m	d	w	d	v	z	z	m	d	w	d	v	z	z
						1			 1	2	 3	4	5				1	 2	3	4							1
2	3	4	5	6	7	8	 6	7	 8	9	 10	11	12	 5	6	 7	8	 9	10	11	 2	3	 4	5	 6	7	8
9	10	11	12	13	14	15	 13	14	 15	16	 17	18	19	 12	13	 14	15	 16	17	18	 9	10	 11	12	 13	14	15
16	17	18	19	20	21	22	 20	21	 22	23	 24	25	26	 19	20	 21	22	 23	24	25	16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29	 27	28	 29					 26	27	 28	29	 30	31	23	24	25	26	27	28	29	
 30	31													 26	27	 28	29	 30	31	23	24	25	26	27	28	29	
																					30						

mei							juni							juli							augustus							
m	d	w	d	v	z	z	m	d	w	d	v	z	z	m	d	w	d	v	z	z	m	d	w	d	v	z	z	
	1	2	3	4	5	6					1	2	3							1				1	2	3	4	5
7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10	2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	
14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17	9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	
21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24	16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	
28	29	30	31				25	26	27	28	29	30	23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30	31				
														30	31													

september							oktober							november							december						
m	d	w	d	v	z	z	m	d	w	d	v	z	z	m	d	w	d	v	z	z	m	d	w	d	v	z	z
					1	2	1	2	3	4	5	6	7				1	2	3	4						1	2
3	4	5	6	7	8	9	8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16	15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30	29	30	31					26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30
																				31							

Info:

info@elseac-starttorun.be
0486 24 64 09



OLSE ac Joggingclub

Alle trainingen gaan van start om 19:30 uur