

MAN	TIR	ONS	TOR	FRE	LØR	SØN
30	1	2	3	4	5	6
Road – Race og Young Runners Hillerød Stadion kl. 18.00 Træner: Andreas Udendørs Yoga Hillerød Stadion kl. 19-19:45 Træner: Winnie	Green Runners Kildeportvej kl. 18:00 Træner: Winnie og Stine Ready og High Five City Møntportvejen/ Annaborg kl. 19:00 Træner: Malene og Daniella	Junior og Young Runners Hillerød Vest Skolen kl. 16:00 Træner Marie Full Body - Udendørs Hillerød Vest Skolen kl. 18:00 Træner Winnie	Afternoon Runners Spar Nord kl. 16:30 Træner Marie Fælles ferietræning For alle hold Hillerød Stadion kl. 18:00-19:00 Træner Marie	Senior træning Hillerød Stadion kl. 12:30 Træner: Anne sofie og Malene	Social Saturday – Hotellet kl. 9:00 Opstart af CPH Half mængdetræning	Full Body Udendørs Hillerød Vest Skolen kl. 9:00 Træner: Marie
7	8	9	10	11	12	13
Road – Race og Young Runners Hillerød Vest Skolen kl. 18:00 Træner: Marie Yoga udendørs Hillerød Vest Skolen kl. 19:00 Træner: Anne Maj og Winnie	Green Runners Teglovnens kl. 18:00 Træner: Winnie og Stine Ready, High Five og Afternoon Hillerød Stadion kl. 19:00 Træner: Daniella	Full Body - Udendørs Hillerød Vest Skolen kl. 18:00 Træner Winnie	Fælles ferietræning For alle hold Hillerød Stadion kl. 18:00-19:00 Træner: Daniella og Andreas	Senior træning Hillerød Stadion kl. 12:30 Træner: Malene	Social Saturday – Hotellet kl. 9:00	Ingen træning
14	15	16	17	18	19	20
Sommerferie	Sommerferie	Sommerferie	Sommerferie	Sommerferie	Sommerferie	Sommerferie
21	22	23	24	25	26	27
Sommerferie	Sommerferie	Sommerferie	Sommerferie	Sommerferie	Sommerferie	Sommerferie
28	29	30	31	1	2	3
Road – Race og Young Runners Hillerød Stadion kl. 18:00 Træner: Guillermo	Ready, High Five og Afternoon Hillerød Stadion kl. 19:00 Træner: Daniella	Ingen træning	Fælles ferietræning For alle Hillerød Vest Skolen 18:00-19:00 Løb 19:00-19:45 Styrke Træner: Marie og Guillermo	Ingen Træning	Social Saturday – Løb & Yoga Event Hotellet kl. 9:00	Ingen Træning

August

MAN	TIR	ONS	TOR	FRE	LØR	SØN
4	5	6	7	8	9	10
Løbecamp 10-16 år Road Runners Hillerød Vest Skolen kl. 18:00 Race Runners Hillerød Stadion kl. 18:00 Yoga Ålholmhallen kl. 20:00	Løbecamp 10-16 år Green Runners kl. 18:00 Ready Runners og High Five City Møntportvejen kl. 19:00	Løbecamp 10-16 år Full Body - Udendørs Hillerød Vest Skolen kl. 18:00 SaySky Cop Run Stafetløb i Cph (Udsolgt)	Løbecamp 10-16 år Minicamp 7-9 år Afternoon Runners Spar Nord kl. 16:30 High Five Vest Runners Hillerød Vest Skolen kl. 18:00 Race Runners Hillerød Vest Skolen kl. 19:00 BAC on Track Night Banestævne i Bagsværd	Minicamp 7-9 år Senior træning Hillerød Stadion kl. 12:30	Social Saturday – Hotellet kl. 9:00	Full Body Udendørs Hillerød Vest Skolen kl. 9:00
11	12	13	14	15	16	17
Mini Runners Junior Runners Hillerød Vest Skolen kl. 15:45 Road Runners Hillerød Vest Skolen kl. 18:00 Race Runners Hillerød Stadion kl. 18:00 Yoga Ålholmhallen kl. 20:00	Green Runners kl. 18:00 Ready Runners og High Five City Møntportvejen kl. 19:00	Junior og Young Runners Hillerød Vest Skolen kl. 16:00 Full Body - Udendørs Hillerød Vest Skolen kl. 18:00	Afternoon Runners Spar Nord kl. 16:30 High Five Vest Runners Hillerød Vest Skolen kl. 18:00 Race Runners Hillerød Vest Skolen kl. 19:00	Senior træning Hillerød Stadion kl. 12:30 Åbent Hus + Forældremøde for Mini – Junior og Young Runners Kl. 15:15-17:30	Social Saturday – Hotellet kl. 9:00	Full Body Udendørs Hillerød Vest Skolen kl. 9:00 Træner: Marie
18	19	20	21	22	23	24
Mini Runners Junior Runners Hillerød Vest Skolen kl. 15:45 Road Runners Hillerød Vest Skolen kl. 18:00 Race Runners Hillerød Stadion kl. 18:00 Yoga Ålholmhallen kl. 20:00	Green Runners kl. 18:00 Opstart Rookie Runners Møntportvejen kl. 18:00 Ready Runners og High Five City Møntportvejen kl. 19:00	Ingen Træning Slotsstistafetten	Afternoon Runners Spar Nord kl. 16:30 High Five Vest Runners Hillerød Vest Skolen kl. 18:00 Race Runners Hillerød Vest Skolen kl. 19:00	Senior træning Hillerød Stadion kl. 12:30 Mini Runners Junior Runners Hillerød Vest Skolen kl. 15:15 Young Runners Hillerød Vest Skolen kl. 16:15	Morgenløb med Café Havehuset og Løberen kl. 10:00	Full Body Udendørs Hillerød Vest Skolen kl. 9:00 Træner: Marie

25	26	27	28	29	30	31
Mini Runners Junior Runners Træner og Bestyrelsesmøde inkl. Spisning kl. 18-21	Green Runners kl. 18:00 Rookie Runners Møntportvejen kl. 18:00 Ready Runners og High Five City Møntportvejen kl. 19:00	Junior og Young Runners Hillerød Vest Skolen kl. 16:00 Full Body - Udendørs Hillerød Vest Skolen kl. 18:00	Afternoon Runners Spar Nord kl. 16:30 High Five Vest Runners Hillerød Vest Skolen kl. 18:00 Race Runners Hillerød Vest Skolen kl. 19:00 (Vikar)	Senior træning Hillerød Stadion kl. 12:30 Mini Runners Junior Runners Hillerød Vest Skolen kl. 15:15 Young Runners Hillerød Vest Skolen kl. 16:15	Social Saturday – Hotellet kl. 9:00	Esrum Sø Rundt

Løb i September:

Lørdag den 6. september: Ullerød Bevæger Sig og Finalen i Yong Runners Cuppen

Lørdag og Søndag den 6-7. september: DM Ungdom på Amager (14-22 år)

Søndag den 14. september: Cph Half

Fre-søndag den 26-29 september: Greve banestævne for børn og unge (9-20 år)

Lørdag den 27. september: Kalkbrotslobet eventuelt Junior/ Young tur til Sverige

Søndag den 28. september: DM Maraton i Odense