

Løb med DGI

Niveau 2

(Kan finde på at tage cyklen eller gå en tur en til to gange om ugen)

Dato	Gang	Løb	Gang	Løb	Gang	Løb	Gang	Løb	Gang	I alt	Løb	Gang	Gennemført
1. april	4	4	1	2	1	3	1	2	2	20	11	9	
8. april	4	4	1	3	2	3	1	3	1	22	13	9	
15. april	4	4	1	3	2	4	1	4	1	24	15	9	
22. april	4	5	1	3	2	4	1	5	1	26	17	9	
29. april	4	5	1	3	2	5	1	5	1	27	18	9	
6. maj	4	6	1	3	2	5	1	5	1	28	19	9	
13. maj	4	6	1	3	1	5	1	6	1	28	20	8	
20. maj	4	6	1	3	1	6	1	6	1	29	21	8	
27. maj	4	6	1	3	1	6	1	7	1	30	22	8	
3. juni	4	7	1	3	1	6	1	7	1	31	23	8	
10. juni	4	7	1	3	1	6	1	7	1	31	23	8	
17. juni	4	8	1	3	1	6	1	7	1	32	24	8	
24. juni	4	8	1	4	1	6	1	7	1	33	25	8	
1. juli	3	8	1	4	1	7	1	7	1	33	26	7	
8. juli	3	8	1	4	1	7	1	8	1	34	27	7	
15. juli	3	8	1	4	1	8	1	8	1	35	28	7	
22. juli	3	8	1	5	1	8	1	8	1	36	29	7	
29. juli	3	8	1	5	1	9	1	8	1	37	30	7	
5. august	3	8	1	5	1	9	1	9	1	38	31	7	
12. august	3	9	1	5	1	10	1	8	1	39	32	7	
19. august	3	9	1	6	1	10	1	8	1	40	33	7	
20. august	3	9	1	6	1	11	1	9	1	42	35	7	
26. august	3	9	1	6	1	11	1	9	1	42	35	7	
2. september	3	10	1	6	1	12	1	10	1	45	38	7	
9. september	3	11	1	6	1	13	1	10	1	47	40	7	
16. september	3	11	1	7	1	13	1	10	1	48	41	7	
23. september	3	11	1	7	1	14	1	11	1	50	43	7	
30. september	3	12	1	7	1	14	1	11	1	51	44	7	
7. oktober	3	12	1	7	1	15	1	12	1	53	46	7	
14. oktober	3	13	1	7	1	15	1	13	1	55	48	7	

Alle tal angivelser (ikke ugenumre) er udtryk for minutter, der henholdsvis gæses og løbes

