

**Indhold**

- **Opstart af træning 8. juni 2020**
- **Sandflugtsløbet 2020**

**Opstart af træning 8. juni 2020**

Nu sker det snart, vi ved godt det har været en hård tid at komme igennem og at nogle andre klubber er begyndt fællestræning igen. Men vi har i bestyrelsen kommet frem til at vi foretrækker at vente med den store fællestræning til fase 3 starter den 8. juni 2020, i den forventning at grænsen for hvor mange vi må forsamles hæves. Skulle grænsen ikke blive hævet fastholder vi dog start den 8. juni, så må vi løse det i små grupper.

Da vores normale opstart ikke kom i gang grundet corona, kan det blive svært at planlægge træningen og følge programmerne, men vi vil gerne afvikle træningen i holdene og så passe træningen til alt efter hvem der møder op og hvordan konditionen er efter corona pausen, vi ved nogen har trænet meget og andre måske knap så meget, så der vil sikkert være niveauforskelle. Så vi håber i vil være lidt tålmodige og tilpasse jer indtil vi kommer rigtigt i gang igen efter sommerferien.

Holdtræningen kører frem til og med 29. juni 2020, hvor vi vil forsøge os med en gammel tradition, nemlig strand picnic.

I juli måned er der fælles træning alle mandage, hvor vi finder sammen dem der møder op. Erfaringen er at der er en stor nedgang i antallet af deltagere i træningerne i sommerferien, men da mange sikkert er hjemme i år kan det jo være anderledes, så løser vi også den.

Mødested fra 8. juni 2020 til og med 27. juli 2020 bliver:

**Sandflugtsplantagen for enden af Telegrafvej**

De sidste par år har vi flyttet træningen til Sandflugtsplantagen i juli måned, da vi ikke må bruge hverken klublokale eller toiletter på Fregatvej, har vi valgt at flytte træningen allerede fra 8. juni 2020

Opstart af nye hold starter 3. august 2020 på Fregatvej

Tiden op til 8. juni, kan jo bruges til lige at komme lidt i gang, især hvis man har ligget lidt stille, så på med skoene og så derudaf.

Myndighederne tillader allerede forsamlinger på op til 10 personer, så i er meget velkomne til at finde sammen eller oprettet fællestræninger evt. på facebook, så kan det være vi får flere med.

Husk dog at overholde gældende retningslinjer som lige nu er:

- Max. 10 personer samlet
- Hold minimum 1 meters afstand, gerne mere især under løb

Vi kommer tilbage med hvordan det bliver til træning fra den 8. juni, når vi kender anbefalingerne for fase 3.

### **Sandflugtsløbet 2020**

Som nogen sikkert allerede har set, har vi sat deltagergrænsen ned på Sandflugtsløbet indtil videre, til vi ved hvor mange vi må være til oktober, så vil i sikre jer et startnummer skal i ikke vente for længe.

Tilmeldingen til Sandflugtsløbet er åben og vi vil gerne give medlemmer mulighed for at tilmelde sig til halv pris.

Tilbuddet gælder frem til 30. juni 2020, hvorefter der betales normal pris.

Brug rabatkoden ”er udsendt til alle medlemmer i nyhedsbrev april og maj”

Dette kan kun bruges af medlemmer, så hold venligst koden for jer selv.

Pas på jer selv og følg myndighedernes anbefalinger, så alle kommer godt igennem  
Se <http://coronasmitte.dk>

På Odsherred Løbernes vegne

Michael