|  |  |
| --- | --- |
| **Dato** | **Tur** |
| 27.1  Basistrænings- uge 4 (B4) efter trænings-programmer | 46-73-87 km fra havnen kl. 9: Resenbro-Truust-Hinge-Hauge-Mausing-Kragelund-Bølling Sø-Gjessø-Virklund-Silkeborg  46 km: Resenbro-Truust-Grønbæk-Hinge-Silkeborg <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=ogzyaymdzuwcstxr>  73 km: Resenbro-Truust-Grønbæk-Hinge-Hauge-Kragelund-Gjessø-Silkeborg <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=qrsfddisgopdjwno>  87 km: Resenbro-Truust-Grønbæk-Hinge-Hauge-Mausing-Kragelund-Bølling Sø-Gjessø-Virklund-Silkeborg  <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=yzhlkyvatpkxbkro>  Evt. 120 Km Hou tur med Team Kona (gruppe 1 hastighed) |
| 3.2  B5 | 46-68-84 km: Virklund, Paradiset, Gammel Ry, yding-østbirk voervadsbro Addit, Vrads, Gjessø, Silkeborg  46 km: Virklund- Paradisvej-gl. rye-Ry-Laven- Sejs  <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=xggsjezxzmcwrvkt>  68 km: virklund-gl.rye, addit, Vrads, hjøllund, funder-øster bording- Silkeborg,  <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=oqprdbjexkkpumuw>  84 km: Virklund, Paradiset, Gammel Ry, yding-østbirk voervadsbro Addit, Vrads, Gjessø, Silkeborg <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=mxybobjflicnkwvh> |
| 10.2  B6 | 45-68-92 km Dollerup bakker  45 km: Gartnergården, øster bording, kragelund, klode mølle, skygge, engesvang, funder. <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=bbnbzgmddhtkbrux> 68 km: kragelund-munklinde-knudstrup- hinge sø <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=uutyfrolwsweujbh>  92 km: kragelund-karup-dollerup- vium- hinge-grauballe-gødvad <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=zamyvnqdghhrplbi> |
| 17.2  B7 | 48-85-101 km: Voel-sorring-låsby-nr. vissing-javngyde- ry-ejer- bryrup-asklev med afstikker undervejs for de kortere ruter.  48 km tur  [www.gpsies.com/map.do?fileId=jzlkotzpioqjpdin](https://exchangeserver.dk/owa/redir.aspx?C=326269bfceaf4edab4f77eadca6ca30d&URL=http%3a%2f%2fwww.gpsies.com%2fmap.do%3ffileId%3djzlkotzpioqjpdin)  85 km tur  [www.gpsies.com/map.do?fileId=kpllomomtqlnpijz](https://exchangeserver.dk/owa/redir.aspx?C=326269bfceaf4edab4f77eadca6ca30d&URL=http%3a%2f%2fwww.gpsies.com%2fmap.do%3ffileId%3dkpllomomtqlnpijz)  101 km tur <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=cfeqbuhrmfafqvgi> |
| 24.2 B8 | 45-75-105km: Silkeborg-Kragelund-Hauge-Vinderslev-Hinge-Grønbæk-Resenbro.  45 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=fvqalhdrnevjbqyf>  75 km:  [www.gpsies.com/map.do?fileId=kbjbpomhusdurmeu](http://www.gpsies.com/map.do?fileId=kbjbpomhusdurmeu)  105 km er modsatte vej: resenbro-truust-grønbæk-hinge-knudstrup- munklinde-kragelund-asklev- virklund: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=vewtfegqgxxutdvg> |
| 3.3  B9 | 57-80-103 km: Hjøllund og rundstrækning ved Gludsted  57 km: 2X17 km Hjøllund: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=dhbuykryibeognxb> +-23 km rundstrækning ved Gludsted med rulleskift: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=vgcuisoyiukbmphp> :  80 km: Hjøllund + 2X rundstrækning  103 km: Hjøllund + 3X rundstrækning |
| 10.3  B10 | 42-80-90 km: Gjessø, christianshede st, gludsted , hampen, bryrup, salten , glarbo , silkeborg.  42 km tur: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=abztyvmsjeehcdvr>  80 km tur [www.gpsies.com/map.do?fileId=qducwcjahckqwruf](http://www.gpsies.com/map.do?fileId=qducwcjahckqwruf)  90 km tur [www.gpsies.com/map.do?fileId=nzhuiedaejgxtdgl](http://www.gpsies.com/map.do?fileId=nzhuiedaejgxtdgl) |
| 17.3  B11 | Afgang fra havnen kl. 9 mod Porskærvej 3, Resenbro:  30-60-90-120 km Åben x-træning med start kl. 9.30 I resenbro  3 km løb-31 km cykling-3 km løb  6-62-3  6-62-6-31-6  31 km cyk: [www.strava.com/segments/11609733](http://www.strava.com/segments/11609733)  14 km afkortnings-runde [www.strava.com/segments/9169365](http://www.strava.com/segments/9169365)  Løb på naturstien til vendepunkt efter 1.5 km eller 3.0 km  Lang cykeltur startende fra havnen kl. 9 forbi Resenbro, Kgs.bro, Fårvang, Pøt Mølle, Sorring, Silkeborg 81 km: <https://www.gpsies.com/mapOnly.do?fileId=yswrmytkqbgrmujm&isFullScreenLeave=true> |
| 24.3  B12 | 30-60-90 km: X-træning på Silkeborg Duathlon ruten. Vi mødes på havnen kl. 9 og kører til Gødvadskolen, Harsnablundvej 1-3 via Ege Alle og Poppelvej. Starttid 9.30 fra Gødvadskolen.  90cyk-12,5 km løb: 5 km løb-30 km cyk-2,5km løb-30km-2,5-30km-2,5km  60/10 km: 5-30-2,5-30-2,5  30 cyk- 7,5 km løb: 2,5-15-2,5-15-2,5  15 km cykelrute:  [ruteplanner.iform.dk/rute/silkeborg/duathlon-silkeborg-2016/map](http://ruteplanner.iform.dk/rute/silkeborg/duathlon-silkeborg-2016/map)  2.5 km løberute:  [ruteplanner.iform.dk/rute/silkeborg/duathlon-silkeborg-2016-loberute/map](http://ruteplanner.iform.dk/rute/silkeborg/duathlon-silkeborg-2016-loberute/map%202,5)  Lang cykeltur startende fra havnen kl. 9 forbi Gødvadskolen-Svostrup-Sjelle-Stjær-Laven-Silkeborg 80 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=opnyjdnwfepfilut> |
| 31.3  Speciali-seringsuge 1 | 42-61-120 km Christianshede kirke og rundstrækning her.  42 km Tur til Christianshede Kirke og retur: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=kdqeimfofeopvmfb>  61 km: + rundstrækning på 3X 7 km. [www.gpsies.com/map.do?fileId=nzkhmuymxdzrufch](http://www.gpsies.com/map.do?fileId=nzkhmuymxdzrufch)  120 km med 5X 7 km rundstrækning og ekstra tur over Gludsted- Vrads-Addit og Gl.Rye:  [www.gpsies.com/map.do?fileId=kvxsizjqitabvurt](http://www.gpsies.com/map.do?fileId=kvxsizjqitabvurt) |
| 7.4  S2 | 30-60-90 km: X-træning på Silkeborg Duathlon ruten. Vi mødes på havnen kl. 9 og kører til Gødvadskolen, Harsnablundvej 1-3 via Ege Alle og Poppelvej. Starttid 9.30 fra Gødvadskolen.  90cyk-12,5 km løb: 5 km løb-30 km cyk-2,5km løb-30km-2,5-30km-2,5km  60/10 km: 5-30-2,5-30-2,5  30 cyk- 7,5 km løb: 2,5-15-2,5-15-2,5  15 km cykelrute:  [ruteplanner.iform.dk/rute/silkeborg/duathlon-silkeborg-2016/map](http://ruteplanner.iform.dk/rute/silkeborg/duathlon-silkeborg-2016/map)  2.5 km løberute:  [ruteplanner.iform.dk/rute/silkeborg/duathlon-silkeborg-2016-loberute/map](http://ruteplanner.iform.dk/rute/silkeborg/duathlon-silkeborg-2016-loberute/map%202,5)  Lang cykeltur 88km: havn-låsby- adslev- Hørning-stjær-ry- laven: https://www.gpsies.com/map.do?fileId=ogdkcmxacarietao |
| 14.4  S3 | 51-74-102 km: Them-Alken- Ry-Låsby-Grønbæk-Havn  51 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=mrpqsjbywrmvlvvi>  74 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=hnotgunhtfekdlnx>  102 km: [www.gpsies.com/map.do?fileId=rvxxwavgwqdglcrh](http://www.gpsies.com/map.do?fileId=rvxxwavgwqdglcrh) |
| 21.4  S4 | 30-60-90-120 km: Åben X-træning i Resenbro kl. 9, ved Porskærvej 3, Det hemmelige hegn:  3 km løb-31 km cykling-3 km løb eller 6-93-6-31-6  **Kage kl. 11.30-13.00 ved det hemmelige hegn**  31 km runde [www.strava.com/segments/11609733](http://www.strava.com/segments/11609733)  14 km runde [www.strava.com/segments/9169365](http://www.strava.com/segments/9169365)  Løb på naturstien til vendepunkt efter 1.5 km eller 3.0 km |
| 28.4  S5 | **Big Day 1- 27.4** og lang cykeltur 28.4  ½IM: 84 km inkl. 3 runder ved Lemming. Hele ruten inkl. En runde i alt 41.3 km:  Kun runde ved Lemming-Nørskovlund-Serup 21,5 km:  <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=cwydwdjamsstglma>  Hel jernmand: 149 km inkl. 6 runder ved Lemming  Løb 1 time for ½ IM og 2 timer for hel jernmand  Løberuten er ud på naturstien og retur som det passer ind i din løbevarighed: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=ebnaimrtjdrmtgth>  Det vil være stor hjælp til bl.a. svømmeplanlægning lørdag, hvis man kommenterer med sit navn og evt. distance man ønsker at lave i forlængelse af dette opslag  Søndag er der langtur mod Dollerup Bakker: 44-66 km-118 km:  44 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=rakxhlfdaqlppdan>  66 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=weookvcawimmfdhs>  118 km: Kragelund- Karup- grønhøj-finderup-hald ege- dollerup- katballe- vium-kjellerup-vinderslev- serup-sejling- balle  [www.gpsies.com/map.do?fileId=eciwloraebgqaljn](http://www.gpsies.com/map.do?fileId=eciwloraebgqaljn) |
| 5.5  S6 | **Silkeborg Duathlon:** [**www.sportstiming.dk/event/4399**](http://www.sportstiming.dk/event/4399)  Eller cykeltur: 75 km-150 km  Sminge-Kongensbro-Bjerringbro-Tange-Ans-Hinge Sø 75 km  [www.gpsies.com/map.do?fileId=uiyzqoojopkuntqm](http://www.gpsies.com/map.do?fileId=uiyzqoojopkuntqm     )  150 km = 2 gentagelser ☺ |
| 12.5  S7 | 40-86-90-176 km: Træningstur til Challenge Herning cykelruten. <http://challengedenmark.dk/da/ruter/>  86 km: afgang til Herning og retur igen **afgang kl. 8:** [**https://www.gpsies.com/map.do?fileId=clrxdenigxwtogdl**](https://www.gpsies.com/map.do?fileId=clrxdenigxwtogdl)  176 km: **afgang kl. 8.00 fra havn** og 43 km til Fuglsang Sø, Herning og 90 km cykelrunde og retur Silkeborg  90 km: ½ jernmandsrunde med start ved Fuglsang Sø kl. 9.30, vi organiserer fælleskørsel derud  40 km: **afgang kl. 9.** Cykeltur rundt om de smukke silkeborgsøer, starter med Sejs.  <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=xqjplbhmtkiychqa> |
| 19.5  S8 | Både cykeltur og tritræning fra uge 20 til uge 33  **Big Day 2- Silkeborg Tri rute**  ½IM: 2½ times cyk, 2 runder á 45 km [www.strava.com/segments/7309815](http://www.strava.com/segments/7309815)  1/1 IM: 5 times cyk, 3-4 runder á 45 km  Evt. afkortning 17 km runde: [www.strava.com/segments/5078604](http://www.strava.com/segments/5078604)  Løb:  ½IM: 1 time i racepace  1/1 IM: 2 timer I racepace <https://www.strava.com/segments/10135656>  44-92-106km: Gjessø, Hjøllund, Gludsted, Ejstrupholm, Nørre Snede, Vrads, Bryrup, Gl. Rye, Øm Kloster, Boes og Ry-Laven  44 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=zlnbkqnddlscijkt>  92 km: Gjessø, Hjøllund, Gludsted, Ejstrupholm, Nørre Snede, Vrads, Bryrup, Gl. Rye, Silkeborg [www.gpsies.com/map.do?fileId=agcsxobfmvafasql](http://www.gpsies.com/map.do?fileId=agcsxobfmvafasql)  106 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=nldkzmumzwsqcinf> |
| 26.5  Formtop 1 | Krydstræning Resenbro kl. 9  **Kage kl. 11.30-13.00 ved det hemmelige hegn**  Eller  51-100-136 km: km Gjessø-vrads-bryrup-Tønning-yding skovhøj-tåning-boes-ry-låsby-mollerup-linå-resenbro-gødvad-silkeborg  51 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=nsioecxmycrusxlj>  100km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=hrplnnwpwuobdlbf>  136 km Gjessø-vrads-bryrup-sdr.vissing-Tønning-yding skovhøj-tåning-alken-boes-ry-låsby-mollerup-linå-resenbro-gødvad-silkeborg:  [www.gpsies.com/map.do?fileId=qtngexxefjvjpdnm](http://www.gpsies.com/map.do?fileId=qtngexxefjvjpdnm) |
| 2.6  F2 | Krydstræning Resenbro kl. 9 eller:  40 km- 88 km og 113 km Låsby-Moesgaard-Mårslet  40 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=skvvmfusjworcvpq>  88 km: [www.gpsies.com/map.do?fileId=ogdkcmxacarietao](http://www.gpsies.com/map.do?fileId=ogdkcmxacarietao)  113 km: [www.gpsies.com/map.do?fileId=mtoerpxfdqezticf](http://www.gpsies.com/map.do?fileId=mtoerpxfdqezticf) |
| 9.6  S1 | Krydstræning Resenbro kl. 9 eller:  55-96-132 km Vrads-Løve-Brædstrup-Tønning-Vestbirk-Yding-Svejstrup-Ry-Silkeborg.  55 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=kkdxyadaqubiqsec>  96 km:  [www.gpsies.com/map.do?fileId=ylcbhlykuxirrduk](http://www.gpsies.com/map.do?fileId=ylcbhlykuxirrduk)  132 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=cslfekgjilatgkhf> |
| 16.6  S2 | Krydstræning i Them, <http://www.gpsies.com/map.do?fileId=feqxyxnsaardosij> eller:  55-97-132km Rundt om Tange Sø  55 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=uuvxuyirmdebwckz>  97 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=rajvayrszkqybcrq>  132 km:  [www.gpsies.com/map.do?fileId=nunkoxyqmzspmngq](http://www.gpsies.com/map.do?fileId=nunkoxyqmzspmngq) |
| 23.6  S3 | Krydstræning Resenbro kl. 9 eller:  51-83-102 km Pøt Mølle tur  Svostrup-gjern-sall-Haurum-Skjød-Pøt Mølle-Voldby-Sjelle-Skovby-Galten-Høver-Jaungyde-Tulstrup-Alling-Laven-Linå-Resenbro  51 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=zdsiunkvwbadqqei>  83 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=apjhuyvyalhvnygh>  102 km  [www.gpsies.com/map.do?fileId=rsjmilyzylfkkhfj](http://www.gpsies.com/map.do?fileId=rsjmilyzylfkkhfj) |
| 30.6 | **Big Day 3- Silkeborg Tri rute**  ½IM: 2½ times cyk, 2 runder á 45 km [www.strava.com/segments/7309815](http://www.strava.com/segments/7309815)  1/1 IM: 5 times cyk, 3-4 runder á 45 km  Evt. afkortning 17 km runde: [www.strava.com/segments/5078604](http://www.strava.com/segments/5078604)  Løb:  ½IM: 1 time i racepace  1/1 IM: 2 timer I racepace <https://www.strava.com/segments/10135656>  45-68-92 km Dollerup bakker  45 km: kragelund, klode mølle, skygge, engesvang, funder. <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=bbnbzgmddhtkbrux>  68 km: kragelund-munklinde-knudstrup- hinge sø <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=uutyfrolwsweujbh>  92 km: kragelund-karup-dollerup- vium- hinge-grauballe-gødvad <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=zamyvnqdghhrplbi> |
| 7.7 | Krydstræning Resenbro kl. 9 eller:  58-92-127 km: Gjessø, Hjøllund, Gludsted, Ejstrupholm, Nørre Snede, Vrads, Bryrup, Gl. Rye, silkeborg  SMT 58 km: gjessø, vrads, bryrup, Gl.rye, silkeborg. <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=hwntpgydteeljshp>  SMT 92 km: [www.gpsies.com/map.do?fileId=agcsxobfmvafasql](http://www.gpsies.com/map.do?fileId=agcsxobfmvafasql)  127 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=qxmtwktrhsgsbkym> |
| 14.7 | Fælles fortræning Silkeborg Tri Ruten med svømning kl. 8 ved Østre Bad, Almindsø og  Cykling kl. 9 på Silkeborg tri rute 45 km : [www.strava.com/segments/7309815](http://www.strava.com/segments/7309815)  1-4 runder alt efter racedistance.  Evt. afkortning 17 km smt minitri-runde: [www.strava.com/segments/5078604](http://www.strava.com/segments/5078604)  Løb på Silkeborg tri ruten efterfølgende  Eller:  51-74-102 km: Them-Alken- Ry-Låsby-Grønbæk-Havn  51 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=mrpqsjbywrmvlvvi>  74 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=hnotgunhtfekdlnx>  102 km: [www.gpsies.com/map.do?fileId=rvxxwavgwqdglcrh](http://www.gpsies.com/map.do?fileId=rvxxwavgwqdglcrh) |
| 21.7 | **Big Day 4- Silkeborg Tri rute**  ½IM: 2½ times cyk, 2 runder á 45 km [www.strava.com/segments/7309815](http://www.strava.com/segments/7309815)  1/1 IM: 5 times cyk, 3-4 runder á 45 km  Evt. afkortning 17 km runde: [www.strava.com/segments/5078604](http://www.strava.com/segments/5078604)  Løb:  ½IM: 1 time i racepace  1/1 IM: 2 timer I racepace <https://www.strava.com/segments/10135656>  eller:  46-73-87 km: Resenbro-Truust-Grønbæk-Hinge-Hauge-Mausing-Kragelund-Bølling Sø-Gjessø-Virklund-Silkeborg  46 km: Resenbro-Truust-Grønbæk-Hinge-Silkeborg <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=ogzyaymdzuwcstxr>  73 km: Resenbro-Truust-Hauge-Kragelund-Gjessø-Silkeborg: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=qrsfddisgopdjwno>  87 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=yzhlkyvatpkxbkro> |
| 28.7 | Fælles fortræning Silkeborg Tri Ruten med svømning kl. 8 ved Østre Bad, Almindsø og  Cykling kl. 9 på Silkeborg tri rute 45 km : [www.strava.com/segments/7309815](http://www.strava.com/segments/7309815)  1-4 runder alt efter racedistance.  Evt. afkortning 17 km smt minitri-runde: [www.strava.com/segments/5078604](http://www.strava.com/segments/5078604)  Løb på Silkeborg tri ruten efterfølgende  Eller:  40-73-92 km: Gjessø, Hjøllund, Gludsted, Ejstrupholm, Nørre Snede, Vrads, Bryrup, Gl. Rye, Silkeborg  40 km: gjessø, Salten, Gl.rye, Silkeborg: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=iaglhjtyirftdyye>  73 km: Gjessø, gludsted, hampen, vrads, Bryrup, gl.rye, silkeborg: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=zdyyqljcuzcjacxp>  92 km: [www.gpsies.com/map.do?fileId=agcsxobfmvafasql](http://www.gpsies.com/map.do?fileId=agcsxobfmvafasql) |
| 4.8 | Krydstræning Resenbro kl. 9  **Kage kl. 11.30-13.00 ved det hemmelige hegn**  eller:  48-85-101 km: Voel-sorring-låsby-nr. vissing-javngyde- ry-ejer- bryrup-asklev med afstikker undervejs for de kortere ruter.  48 km tur  [www.gpsies.com/map.do?fileId=jzlkotzpioqjpdin](https://exchangeserver.dk/owa/redir.aspx?C=326269bfceaf4edab4f77eadca6ca30d&URL=http%3a%2f%2fwww.gpsies.com%2fmap.do%3ffileId%3djzlkotzpioqjpdin)  85 km tur  [www.gpsies.com/map.do?fileId=kpllomomtqlnpijz](https://exchangeserver.dk/owa/redir.aspx?C=326269bfceaf4edab4f77eadca6ca30d&URL=http%3a%2f%2fwww.gpsies.com%2fmap.do%3ffileId%3dkpllomomtqlnpijz)  101 km tur <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=cfeqbuhrmfafqvgi> |
| 11.8 | Fælles fortræning Silkeborg Tri Ruten med svømning kl. 8 ved Østre Bad, Almindsø og  Cykling kl. 9 på Silkeborg tri rute 45 km : [www.strava.com/segments/7309815](http://www.strava.com/segments/7309815)  1-4 runder alt efter racedistance.  Evt. afkortning 17 km smt minitri-runde: [www.strava.com/segments/5078604](http://www.strava.com/segments/5078604)  Løb på Silkeborg tri ruten efterfølgende  Eller:  51-83-102 km Pøt Mølle tur: Svostrup-gjern-sall-Haurum-Skjød-Pøt Mølle-Voldby-Skovby-Høver-Jaungyde-Laven-Linå-Resenbro  51 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=zdsiunkvwbadqqei>  83 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=apjhuyvyalhvnygh>  102 km  [www.gpsies.com/map.do?fileId=rsjmilyzylfkkhfj](http://www.gpsies.com/map.do?fileId=rsjmilyzylfkkhfj) |
| 18.8 | Krydstræning Resenbro kl. 9 eller:  Rundt om Herning: 53-79-123 km  53 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=ssfadwsvcfkvhflv>  79 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=qmygyhyqusyjbwsg>  123 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=ytsdtgzaqjhdtwtj> |
| 25.8 | Silkeborg TRI ☺ |
| 1.9 | 42-80-90 km: Gjessø, christianshede st, gludsted , hampen, bryrup, salten , glarbo , silkeborg.  42 km tur: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=abztyvmsjeehcdvr>  80 km tur [www.gpsies.com/map.do?fileId=qducwcjahckqwruf](http://www.gpsies.com/map.do?fileId=qducwcjahckqwruf)  90 km tur [www.gpsies.com/map.do?fileId=nzhuiedaejgxtdgl](http://www.gpsies.com/map.do?fileId=nzhuiedaejgxtdgl) |
| 8.9 | 45-68-92 km Dollerup bakker  45 km: kragelund, klode mølle, skygge, engesvang, funder. <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=bbnbzgmddhtkbrux> 68 km: kragelund-munklinde-knudstrup- hinge sø <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=uutyfrolwsweujbh>  92 km: kragelund-karup-dollerup- vium- hinge-grauballe-gødvad <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=zamyvnqdghhrplbi> |
| 15.9 | 44-92-106km: Gjessø, Hjøllund, Gludsted, Ejstrupholm, Nørre Snede, Vrads, Bryrup, Gl. Rye, Silkeborg  44 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=zlnbkqnddlscijkt>  92 km: [www.gpsies.com/map.do?fileId=agcsxobfmvafasql](http://www.gpsies.com/map.do?fileId=agcsxobfmvafasql)  106 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=nldkzmumzwsqcinf> |
| 22.9 | 55-96-132 km: Vrads-Løve-Brædstrup-Tønning-Vestbirk-Yding-Svejstrup-Ry-Silkeborg.  55 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=kkdxyadaqubiqsec>  96 km:  [www.gpsies.com/map.do?fileId=ylcbhlykuxirrduk](http://www.gpsies.com/map.do?fileId=ylcbhlykuxirrduk)  132 km: <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=cslfekgjilatgkhf> |
| 29.9 | 48-85-101 km: Voel-sorring-låsby-nr. vissing-javngyde- ry-ejer- bryrup-asklev med afstikker undervejs for de kortere ruter.  48 km tur  [www.gpsies.com/map.do?fileId=jzlkotzpioqjpdin](https://exchangeserver.dk/owa/redir.aspx?C=326269bfceaf4edab4f77eadca6ca30d&URL=http%3a%2f%2fwww.gpsies.com%2fmap.do%3ffileId%3djzlkotzpioqjpdin)  85 km tur  [www.gpsies.com/map.do?fileId=kpllomomtqlnpijz](https://exchangeserver.dk/owa/redir.aspx?C=326269bfceaf4edab4f77eadca6ca30d&URL=http%3a%2f%2fwww.gpsies.com%2fmap.do%3ffileId%3dkpllomomtqlnpijz)  101 km tur <https://www.gpsies.com/map.do?fileId=cfeqbuhrmfafqvgi>  **Vi slutter cykelsæsonen af med kaffe og kakao mellem 11-12.30 i klublokale ☺** |
| I oktober | Aftaler man ved fremmøde hvilken tur der køres. |