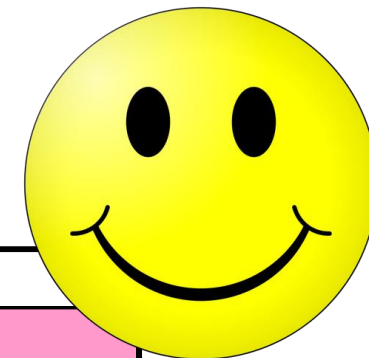


SMILEY, LØB



Uge		Løb antal min./pause foregår i gang		Løb antal min./pause foregår i gang
33	Tirsdag	Løb: 2 x 1 min. (2 min. pause)	Torsdag	Løb: 2 x 1 min. (2 min. pause)
34		Løb: 2 x 1 min. (2 min. pause)		Løb: 2 x 1 min. (2 min. pause)
35		Løb: 3 x 1 min. (2 min. pause)		Løb: 3 x 1 min. (2 min. pause)
36		Løb: 3 x 1 min. (2 min. pause)		Løb: 3 x 1 min. (2 min. pause)
37		Løb: 4 x 1 min. (2 min. pause)		Løb: 4 x 1 min. (2 min. pause)
38		Løb: 4 x 1 min. (2 min. pause)		Løb: 4 x 1 min. (2 min. pause)
39		Løb: 4 x 1 min. (1 min. 30 sek. pause)		Løb: 4 x 1 min. (1 min. 30 sek. pause)
40		Løb: 4 x 1 min. (1 min. 30 sek. pause)		Løb: 4 x 1 min. (1 min. 30 sek. pause)
41		Løb: 5 x 1 min. (1 min. 30 sek. pause)		Løb: 5 x 1 min. (1 min. 30 sek. pause)
42		Løb: 5 x 1 min. (1 min. 30 sek. pause)		Løb: 5 x 1 min. (1 min. 30 sek. pause)
43		Løb: 5 x 1 min. (1 min. pause)		Løb: 5 x 1 min. (1 min. pause)
44		Løb: 5 x 1 min. (1 min. pause)		Løb: 5 x 1 min. (1 min. pause)
45		Løb: 5 x 1 min. 30 sek (1 min. pause)		Løb: 5 x 1 min. 30 sek (1 min. pause)
46		Løb: 5 x 1 min. 30 sek (1 min. pause)		Løb: 5 x 1 min. 30 sek (1 min. pause)
47		Løb: 6 x 1 min. 30 sek (1 min. pause)		Løb: 6 x 1 min. 30 sek (1 min. pause)
48		Løb: 6 x 1 min. 30 sek (1 min. pause)		Løb: 6 x 1 min. 30 sek (1 min. pause)