

Solrød Atletik og Motion

Aktivitetskalender

2010



Søn. 3. jan.	Champagneløb. Solrød Idrætscenter kl. 10.00.
Man. 1. feb.	Generalforsamling. Solrød Aktivitetscenter kl. 19.00.
Man. 29. mar.	Sæsonstart og begyndere. Solrød Idrætscenter kl. 19.00.
Ons. 21. apr.	Orientering for nye medlemmer. Solrød Idrætscenter kl. 19.00.
Ons. 5. maj.	Sportsmaster Kvindeløb Køge. 7,5 km Motionsløb, Powerwalking/Stavgang. <u>Fællestilmelding.</u>
Søn. 9. maj.	Stafet. Nærmere info.
Lør. 5. jun.	Årets løb. Landsbyløbet i Smørum. 5 km, 11 km, ½ maraton, 3 km børneløb, 5 og 11 km stavgang/powerwalking. <u>Fællestilmelding.</u>
Tirs. 8. jun.	Roskilde Parkstafet. Roskilde Folkepark kl. 18.30. <u>Fællestilmelding.</u>
Man. 28. jun. – ons. 4. aug.	Træning til Solrødløbet. Jersie Strandpark.
Man. 26. jul. – fre. 30. jul.	SAM-maraton. Maraton over 5 etaper. Fredag slutter vi af med en god middag.
Søn. 8. aug.	Solrødløbet. Jersie Strandpark kl. 10.00.
Ons. 18. aug.	Orienteringsløb. Firemileskoven ved bålpladsen kl. 18.30.
Søn. 10. okt.	Eremitageløbet. Bus fra Solrød Idrætscenter kl. 09.00.
Man. 1. nov.	Klubaften. Video og billeder fra 2010. Solrød Bibliotek kl. 19.00.
Lør. 6. nov.	Klubfest.
Man. 6. dec.	Klubaften. Julehygge med gløgg mm. Solrød Bibliotek kl. 19.00.
Søn. 2. jan. 2011	Champagneløb. Solrød Idrætscenter kl. 10.00.

Se også SAM-nyt, på opslagstavlen og på
www.solrodam.dk
E-mail: solrodam@sol.dk