

Ansvarleg

Måndag	Damene	Fritt
Onsdag	Damene	Racer
Søndag	Damene	Racer
Torsdag	Herrane	Racer
Søndag	Herrane	MTB

Oppmøteplass: Best-stasjonen på Kleivedammen!

NB! Hugs å melde oppmøte på Facebook-sida: www.facebook.com/sandnesk.no!!!

Veke	Dato	Dag	Tid	Ansvarle	Turforslag	
Veke 13	27.03.2017	Måndag	18:00	Damene	Intervall Austrheimsbakken	Fritt
Veke 13	29.03.2017	Onsdag	18:00	Damene	Gloppefjorden rundt	Racer
Veke 13	30.03.2017	Torsdag	17:00	Herrane	Intervall Fjellbygda	Racer
Veke 13	02.04.2017	Søndag	09:00	Damene	Stardalen	Racer
Veke 13	02.04.2017	Søndag	17:00	Herrane	Sesongstart - rute etter føre og avtale	MTB
Veke 14	03.04.2017	Måndag	18:30	Damene	Intervall svingane på Vereide	Fritt
Veke 14	05.04.2017	Onsdag	18:00	Damene	Hestenesøyra	Racer
Veke 14	06.04.2017	Torsdag	17:00	Herrane	Naturleg intervall rundt Gloppefjorden	Racer
Veke 14	09.04.2017	Søndag	09:00	Damene	Utvikjellet	Racer
Veke 14	09.04.2017	Søndag	17:00	Herrane	Kryss og tvers Ryssdalen og Bukta	MTB
Veke 15	10.04.2017	Måndag	18:30	Damene	Intervall Austrheimsbakken	Fritt
Veke 15	12.04.2017	Onsdag	18:00	Damene	Øvreset	Racer
Veke 15	13.04.2017	Torsdag	17:00	Herrane	Reed-Øvreset-Byrkjelo	Racer
Veke 15	16.04.2017	Søndag	09:00	Damene	Nordfjorden rundt	Racer
Veke 15	16.04.2017	Søndag	17:00	Herrane	Vereide rundt-omkring	MTB
Veke 16	17.04.2017	Måndag	18:30	Damene	Intervall svingane på Vereide	Fritt
Veke 16	19.04.2017	Onsdag	18:00	Damene	Kandalen	Racer
Veke 16	20.04.2017	Torsdag	18:00	Herrane	Ryssdal-Kandal-Anda	Racer
Veke 16	23.04.2017	Søndag	09:00	Damene	Hyen	Racer
Veke 16	23.04.2017	Søndag	18:00	Herrane	Fjellbygda rundt-omkring	MTB
Veke 17	24.04.2017	Måndag	18:30	Damene	Intervall Austrheimsbakken	Fritt
Veke 17	26.04.2017	Onsdag	18:00	Damene	Gloppefjorden rundt	Racer
Veke 17	27.04.2017	Torsdag	18:00	Herrane	8-talet Nordstranda + Fjellbygda	Racer
Veke 17	30.04.2017	Søndag	09:00	Damene	Tistam	Racer
Veke 17	30.04.2017	Søndag	18:00	Herrane	Sørstrands-"dalane"	MTB
Veke 18	01.05.2017	Måndag	18:30	Damene	Intervall svingane på Vereide	Fritt
Veke 18	03.05.2017	Onsdag	18:00	Damene	Myklebustdalen	Racer
Veke 18	04.05.2017	Torsdag	18:00	Herrane	Myklebustdalen	Racer
Veke 18	07.05.2017	Søndag	18:00	Herrane	Høygardane	MTB
Veke 19	6.-13.mai	heile veka		Damene	Mallorca	
Veke 19	11.05.2017	Torsdag	18:00	Herrane	Årdalen	Racer
Veke 19	14.05.2017	Søndag	18:00	Herrane	Jardalen	MTB
Veke 20	15.05.2017	Måndag	18:30	Damene	Intervall Austrheimsbakken	Fritt
Veke 20	17.05.2017	Onsdag	18:00	Damene	Årdal i Breim	Racer
Veke 20	18.05.2017	Torsdag	18:00	Herrane	Temporulle+fartsleik	Racer
Veke 20	21.05.2017	Søndag	08:00	Damene	Nordfjorden rundt	Racer
Veke 20	21.05.2017	Søndag	18:00	Herrane	Nesstøylen	MTB
Veke 21	22.05.2017	Måndag	18:30	Damene	Intervall svingane på Vereide	Fritt
Veke 21	24.05.2017	Onsdag	18:00	Damene	Utvikjellet	Racer

Veke 21	25.05.2017	Torsdag	18:00	Herrane	Førs	Racer
Veke 21	28.05.2017	Søndag	08:00	Damene	Jølster rundt	Racer
Veke 21	28.05.2017	Søndag	18:00	Herrane	Ommedalsstøylen	MTB
Veke 22	29.05.2017	Måndag	18:30	Damene	Intervall Austrheimsbakken	Fritt
Veke 22	31.05.2017	Onsdag	18:00	Damene	Gloppefjorden rundt - roleg tur	Racer
Veke 22	01.06.2017	Torsdag	18:00	Herrane	Tistam	Racer
Veke 22	03.06.2017	Laurdag			Nordfjordrittet	Racer
Veke 22	04.06.2017	Søndag	18:00	Herrane	Vereide - stisykling	MTB
Veke 23	05.06.2017	Måndag	18:30	Damene	Roleg restitusjon	Fritt
Veke 23	07.06.2017	Onsdag	18:00	Damene	Roleg restitusjon	Racer
Veke 23	08.06.2017	Torsdag	18:00	Herrane	Skei	Racer
Veke 23	11.06.2017	Søndag	18:00	Herrane	Hestedalen-Hestenes	MTB
Veke 24	12.06.2017	Måndag	18:30	Damene	Intervall svingane på Vereide	Fritt
Veke 24	14.06.2017	Onsdag	18:00	Damene	Kandalen	Racer
Veke 24	15.06.2017	Torsdag	18:00	Herrane	Fartsleik Vassende-Anda++	Racer
Veke 24	18.06.2017	Søndag	18:00	Herrane	Høygardane-Skinlostøylen-Utvikfjellet	MTB
Veke 25	19.06.2017	Måndag	18:30	Damene	Intervall Austrheimsbakken	Fritt
Veke 25	21.06.2017	Onsdag	18:00	Damene	Hestenesøyra	Racer
Veke 25	22.06.2017	Torsdag	18:00	Herrane	Stardalen	Racer
Veke 25	25.06.2017	Søndag	18:00	Herrane	Sagtindane	MTB
Veke 26	26.06.2017	Måndag	18:30	Damene	Intervall svingane på Vereide	Fritt
Veke 26	28.06.2017	Onsdag	18:00	Damene	Hestedalen	MTB
Veke 26	29.06.2017	Torsdag	18:00	Herrane	Jølstravatnet rundt	Racer
Veke 26	02.07.2017	Søndag	18:00	Herrane	Nordstranda rundt-omkring	Fritt
Veke 27	03.07.2017	Måndag	18:30	Damene	Intervall Austrheimsbakken	Fritt
Veke 27	05.07.2017	Onsdag	18:00	Damene	Haugsvarden	MTB
Veke 28-30	Sommarferie					
Veke 31	31.07.2017	Måndag	18:30	Damene	Intervall Austrheimsbakken	Fritt
Veke 31	02.08.2017	Onsdag	18:00	Damene	Utsikten, Valborgkleiva	MTB
Veke 31	03.08.2017	Torsdag	18:00	Herrane		Racer
Veke 31	06.08.2017	Søndag	18:00	Herrane		MTB
Veke 32	07.08.2017	Måndag	18:30	Damene	Intervall svingane på Vereide	Fritt
Veke 32	09.08.2017	Onsdag	18:00	Damene	Dimma	MTB
Veke 32	10.08.2017	Torsdag	18:00	Herrane		Racer
Veke 32	13.08.2017	Søndag	18:00	Herrane		MTB
Veke 33	14.08.2017	Måndag	18:30	Damene	Intervall Austrheimsbakken	Fritt
Veke 33	16.08.2017	Onsdag	18:00	Damene	Åsebøskogen	MTB
Veke 33	17.08.2017	Torsdag	18:00	Herrane		Racer
Veke 33	20.08.2017	Søndag	18:00	Herrane		MTB
Veke 34	21.08.2017	Måndag	18:30	Damene	Intervall svingane på Vereide	Fritt
Veke 34	23.08.2017	Onsdag	18:00	Damene	Hestedalen	MTB
Veke 34	24.08.2017	Torsdag	18:00	Herrane		Racer
Veke 34	27.08.2017	Søndag	18:00	Herrane		MTB
Veke 35	28.08.2017	Måndag	18:30	Damene	Intervall Austrheimsbakken	Fritt
Veke 35	30.08.2017	Onsdag	17:00	Damene	Fjelltur	
Veke 35	31.08.2017	Torsdag	18:00	Herrane		Racer
Veke 35	03.09.2017	Søndag	18:00	Herrane		MTB
Veke 35-40		Onsdag	17:00	Damene	Fjelltur	
Veke 39-51		Tysdag/Tors	19:30		Intervall Austrheimsbakken	Fritt