

## Hvor mødes de enkelte hold ved Frederikssundhallen tirsdag og torsdag?

**Hold 2** v/ Valhal  
(starter kl. 17.35)  
evt. opdeling i flere  
grupper á 10 personer

**Hold 4** ned mod tennisbanerne  
til venstre for udstrækningsbænken  
(starter kl. 17.30) – evt. opdeling  
i flere grupper á 10 personer

**Hold 6** (Hans Erik)  
til venstre for  
hovedindgangen  
(starter kl. 17.30)

**Hold 5** (Niels-Peter)  
til højre for hoved-  
indgangen  
(starter kl. 17.30)



**Powerwalkerne** på P-pladsen  
til højre for caféen  
(starter kl. 17.30)

**½-times holdet**  
på græsplænen v/ lygtepæl  
(starter kl. 17.35)

**Begynderholdet**  
på græsplænen v/ skaterpark  
(starter kl. 17.35)

**Hold 1** på P-pladsen  
ved skaterparken  
(starter kl. 17.30)

Vi powerwalker eller løber i grupper á max. 10 personer.

Husk at holde fornuftig afstand, både på hvert enkelt hold og når I møder nogen på jeres vej rundt i byen.

Husk også at holde afstand, når I kommer tilbage til hallen efter træning.

God træning 😊

  
**Fjordløberne**  
Frederikssund