

Amager Cykle Ring - Motion - Træningsoversigt - Efterår/vinter 2022-2023								
Gældende indtil ultimo februar 2023								
Hold	Træningstype	Gældende fra/til	Mødested	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Lørdag	Søndag
Dame	Landevej	indtil 27. oktober	Rød Låge	17:00		17:00		
	Gravel/MTB	fra 1. november						
Ældresagen	Landevej	året rundt	Rød Låge		09:30			
Formiddagsholdet	Landevej	året rundt	Mosesvinget	09:30				09:30
			Rød Låge			09:30		
Motion 1-3	Landevej	året rundt	Mosesvinget					09:30
	Gravel (MTB)	fra 4. oktober	Rød Låge	17:00		17:00		
			Kirken				09:00	
Indendørs	fra 4. oktober	Zwift	17:00		17:00		09:00	
Cyklecross	Cross-banen	fra 15. oktober	Klubben				09:00	

Mødested	
Mosesvinget	Mosesvinget, sidegade til Hareskovvej, Bellahøj.
Kirken	Sundby Kirke, Amagerbrogade
Rød Låge	"Den Røde Port" ved Vestamager, Otto Baches Alle
Klubben	Saltværksvej 56, Kastrup
Zwift	Fælleskørsel på online platformen Zwift, der arrangeres Meetups så vi kan køre sammen - kun ACR ryttere