



Tilmelding søndagstræning.

[Gå til Forside](#)

Topmenu

+ Om os

[Cykel Motion kalender](#)

[Facebook](#)

Information

[Indmeldelse og Kontingent](#)

+ Træning i TCM

[Nyhedsbreve](#)

[Cykeltøj](#)

+ TCM løb

+ Billeder

[Go' stil på landevejen](#)

[Kost og Træning](#)

[Cykelruter](#)

[Søndagstræning](#)

Træning hver søndag.

Listen nulstilles den 09. apr 2023 kl. 12:00

Navn

Kode (Valgfrit)

[Tilmeld](#)

Tilmeldte

Ole C - hold A tempo ca. 50 km - jeg laver ruten [Slet](#)

Kenneth - 30 km Hold C tempo [Slet](#)

Henrik Hold A [Slet](#)

Thomas hold A [Slet](#)

Peter - hold C [Slet](#)

Der køres kl. 10.00 fra Gadekæret i Tune - med mindre andet aftales.

Hvordan bruger jeg muligheden.

På hjemmesiden trykker du på "Søndagstræning" i venstremenuen ([Grøn pil](#))

Du udfylder ([ved gul/orange pil](#)) dit navn og måske hvad du godt kunne tænke dig – Tempo som Hold A, B eller C – vil du sikre en god rute til turen og måske et ønske til længde.

Du skal lægge en valgfri kode ind ([Ved rød pil](#)) udelukkende for at du selv og ingen andre kan slette dit ønske.

Når du har trykket på Tilmeld vil dit ønske fremgå af listen under tilmeldte – nu er det op til dig selv at holde øje med siden – og herefter få nogle skønne søndagsturen med dine venner fra TCM.