

# Trim Apeldoorn Trainingsschema winterseizoen 2023-2024

## van Coopertest tot Minimarathon

Doel: 10 Engelse mijl, midwintermarathon Apeldoorn zondag 4 feb 2024

dinsdagavond 19:00 uur					zaterdagmorgen 09:00 uur			
week	datum	code	route	km	datum	code	route	km
1	31-okt	-	Coopertest Atletiekbaan AV'34	-	4-nov		reguliere training; schema start 7 nov 2023	
2	7-nov	M	Europaweg - Middellaan	10,1	11-nov	D21	Vanaf Loenen, P Dichte Gat : Loenermark	10,8
3	14-nov	A04	Elsweg - Ugchelen	10,8	18-nov	H2	Kruisjesdal - Arendsburght	11,5
4	21-nov	A17	Metaalbuurt - Vogelbuurt	11,5	25-nov	D02	Vanaf Zr. Meyboomlaan : Klompenpad - variatie	11,7
5	28-nov	A	Laan van Orden - Bosweg	12,2	2-dec	D09	Hoog Soeren - Echoput	12,0
6	5-dec		Sinterklaas - geen training		9-dec	D22	Vanaf Hoog Buurlo, verharde P : route rode paaltjes	12,5
7	12-dec	A10	Koninginnelaan - Koningstraat	12,9	16-dec	D23	Willemsbos - De Sprengen	12,8
8	19-dec	A19	Berg en boschweg - Beeklustweg	13,1	23-dec	D24	Vanaf Laag Soeren, P Plaghak : Zilvense heide	13,6
9	26-dec		Tweede Kerstdag - geen training		30-dec	D25	Vanaf 2e P Paleispark : geen paaltjesroute	14,2
10	2-jan	A15	Berg en Bos - Erewacht	13,9	6-jan	D26	Hoog Soeren - Dassenberg	14,8
11	9-jan	X1	Ugchelen - Kennedylaan	14,3	13-jan	D27	Vanaf Uddel P Aardhuisweg : Kroondomeinen - Mennorode	14,9
12	16-jan	V	Station - Zuiderpark - Ugchelen	15,0	20-jan	D28	Vanaf Het Leesten : Stuwwal - Spelderholt	15,8
13	23-jan	Q	Anklaarseweg - Kerschoten	15,5	27-jan	GTA	"generale" (vanaf Trim Apeldoorn, Asselsestraat)	16,1
14	30-jan	A02	2e Beukenlaan - Spoorlijn	10,3	4-feb	-	Midwintermarathon; zondag 10 mijl	-

### Toelichting

#### 1. Startplaats

Routes beginnen bij de "bushalte" van Trim Apeldoorn aan de Asselsestraat, behalve op een aantal zaterdagen (zie **Vanaf**).

#### 2. Routes online

Met de vermelde code kun je de routes online vinden op [afstandmeten.nl](https://afstandmeten.nl) en in de RunGo-app.

Gebruik als zoekterm "TrApd10EM" (voor de dinsdagavonden) of "TrApdZ10EM" (voor de zaterdagen).

De routes op [afstandmeten.nl](https://afstandmeten.nl) zijn ook te benaderen via <https://tinyurl.com/schema-10EM-2024>

