Turplan IF Frøy GranFondo Landevei 2018 

(Bilde: fra 2017)

(Inngang Keutenberg, 2200m, 22% Max))



Dette er ett tilleggstilbud for alle Frøy medlemmer.

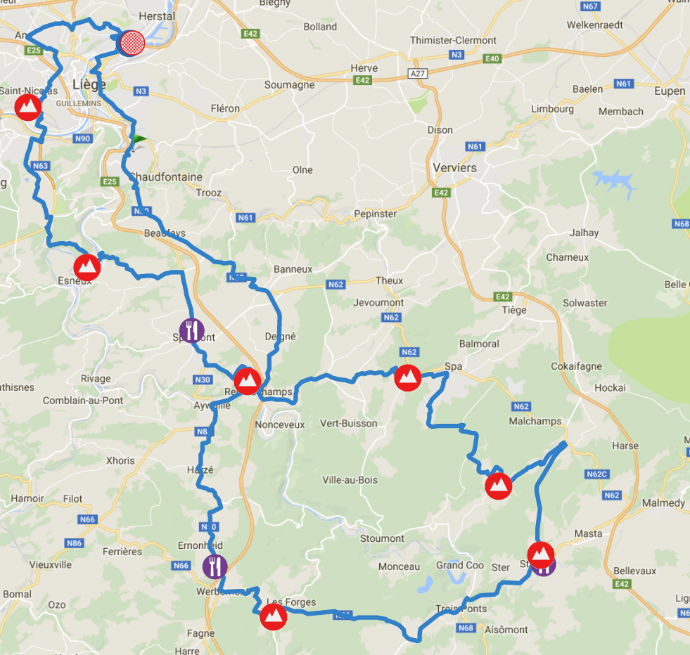
Vi arrangerer turer utenfor oppsatte ritt uavhengig gruppetilhørighet.

Det vil bli lagt ut på sosiale plattformer

en turplan hvor vi varierer på lengde og turer.

**17. April – 23 April Liege – Bastone – Liege**



****

Gruppen vil delta med 9 personer.

Under oppholdet sykler vi og ser på proff rittet Fleche Wallone 18 April og LBL 22 April.

Vår distanse vil være 153 km dagen før proffene 21. April.

Antall høydemetre er 2705 meter!

(Nordmarka Rundt som er på 148 km har 1600 høydemetre )

**Søndag 29.April - La grande rotonda sette chiese (Den store runden via 7 kirker) 120 km**

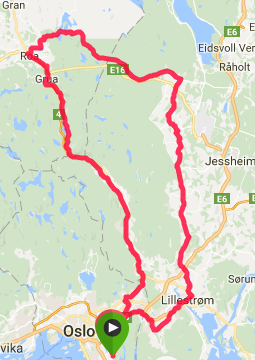
Oppmøte klokken 10:00

Ved Skulleruddumpa Buss stopp

Lunsj :Son Bryggerhuset

Sykkel: Racer

**Søndag 6.Mai - Grande giro attraverso le montagne Romerike** **150 km**



Oppmøte klokken 09:00

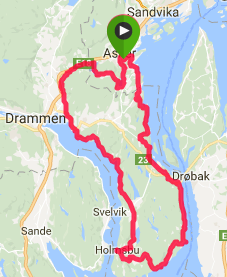
Ved Circle K – Bøler

Husk å ta med Lommemat !

Lunsj: Kafe’ Harestua

Sykkel : Racer

**Søndag 27.Mai - Grande rotonda Via Lama fattoria intorno Hurum 115 km**

****

Oppmøte klokken 10:00

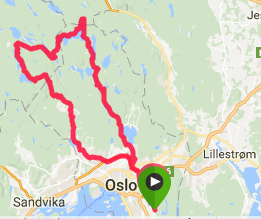
Ved Asker Hallen Gratis Parkering

Stopp ved Villa Malla , Cola/Kaffe/Is

Lunsj i Holmsbu

Sykkelvalg : Racer

**Søndag 10.Juni - Grande rotondo Nordmarka via Oppland in salita e discesa 110 Km**

****

Oppmøte klokken 10:00

Ved Olsen Pub, Bryn

Nordmarka rundt via Store Sandungen

Lunsj Sørkedalen Kafe’ (Lommemat)

Sykkelvalg: Racer 28mm / CX / MTB

**Søndag 24.Juni - - La grande rotonda sette chiese (Den store runden via 7 kirker) 120 km**



Oppmøte klokken 10:00

Ved Skulleruddumpa Buss stopp

Lunsj : Son Bryggerhuset

Sykkel: Racer

Oppmøte klokken 09:00

Ved Olsen Pub, Bryn

Nordmarka rundt via Sundvollen og Damtjern

Stopp: Sundvolden/ Damtjern

Husk Lommemat

Lunsj Sørkedalen Kafe’

Sykkelvalg: Racer 28mm / CX

**Søndag 8.Juli - Grande montagna Oppkuven rotonda 121 km**

****

**Søndag 15.Juli - Vista panoramica quattro siti su Oslo – 80 km**

****

Oppmøte klokken 09:00

Ved Olsen Pub, Bryn

Oslo via 4 utsiktspunkter

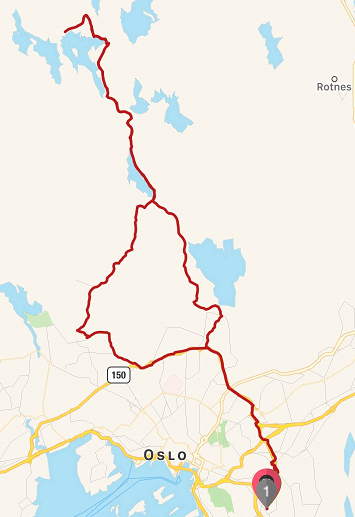
Stopp: Grefsenkollen

Husk Lommemat

Lunsj : Frogneseteren

Sykkelvalg: Racer

**Søndag 22.Juli - Nordmarka Su e giù - 84 km**

****

Oppmøte klokken 10:00

Ved Olsen Pub, Bryn

Nordmarka opp og ned via Frogneseteren

Stopp: Frogneseteren

Husk Lommemat

Lunsj : Kikut

Sykkelvalg: Racer 28mm / CX / MTB

Retur avtales underveis

Høstprogram legges ut i August, vi planlegger også for Oktober

Lombardia rundt – Vi ser på proffene den 13 Oktober.

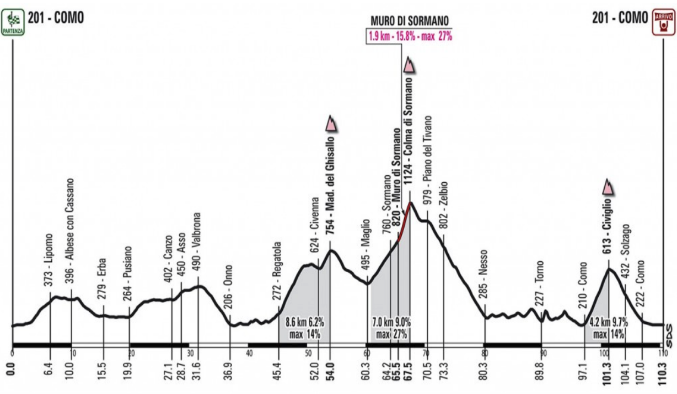
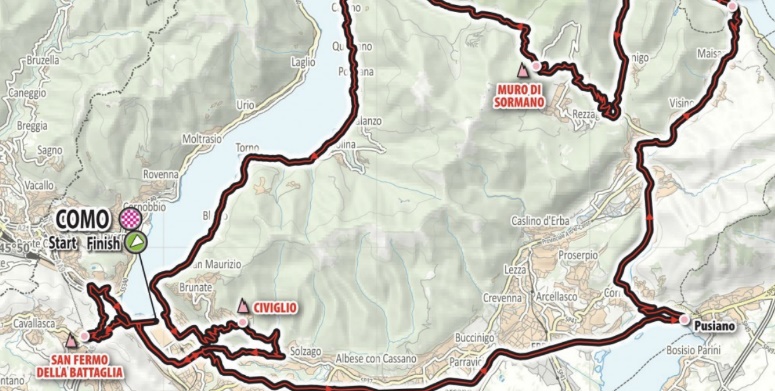
****

Vi sykler GranFondo Lombardia den 14.Oktober.

****

Løypa er 118 km lang med 2700 Høydemetre.

Vi starer i Como og slutter i Como.



En fin avslutning på sesongen, vurderer du å bli med send oss en mail på

[oyvindoen@gmail.com](mailto:oyvindoen@gmail.com)

Mvh

Erik (Mobil : 45457247)

og Øyvind (Mobil: 98290143)