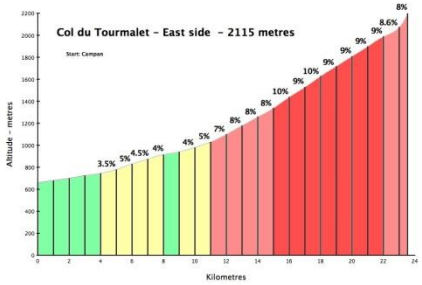
Bjergevent i X-trainer studio Vinter 2018



Mandag d. 22/1 Kl 18.00 — **Le River 23 KM**
Vi tager de første 23 Km af La Marmotte
TID: 75kg/200W = 1 T 16 min.

Onsdag 7/2 kl 18.00 — **Alpe d'Huez op 13,7 Km**
Vores populære bjerg,
TID 75kg/200W = 1 T, 24 min.

Onsdag21/2 Kl 18.00 — **Stelvio i Pyranærerne 14Km**
Vi tager de første 14 Km af dette flotte bjerg
. **TID 75kg/200W = 1 T, 2 min.**

Mandag 5/3 18.00 — **Alpe d'Huez op 13,7 Km**
Vores populære bjerg,
TID: 75kg/200W = 1 T, 24 min.

Onsdag 21/3 Kl 18.00 — **Sa Calobra 9768 m**
Vi kravler op med 10% i snit,
TID 75kg/200W = 56min.

Onsdag 4/4 18.00 — **Alpe d'Huez op 13,7 Km**
Vores populære bjerg,
TID: 75kg/200W = 1 T, 24 min.

Alle kan deltage der tilmeldes på camilla@nordisk-el.dk, med Navn, tlf. nr, dato og navn for event.
Medlemmer booker på e-club.
Det koster 165,00 at deltage pr. event. Pris for medlemmer af X-trainer -studio 35,00.
Er I en cykelklub/forening eller firma der ønsker at tilmelde flere deltagere ring og få et godt tilbud hos Torben Møller på 22 35 36 01 eller torben@nordisk-el.dk

X-trainer studio
Indoor cycling