

Långloppsprogrammet 2010					
Anmälan till Kenneth, 101 09 senast 10 dagar före tävlingen.					
Vid de större loppen gäller speciella datum, se resp. inbjudan.					
Månad	Dag	Tävling	Sträcka	Arrangör	Cupen
April	10	Startmilen	10 km.	IF Start	Ja
	14	ÖAIK Halvmarathon	Halvmarathon	Örebro AIK	Ja
	24	Kumla Stadslopp	10 km.	Kumla SF	Ja
	24	Munkastigen Trail Run	44 km.	Laxå OK	
Maj	1	Wedevågloppet	10,2 km.	Wedevågs IF	Ja
	5	DM-UDM-VDM terräng	2000 / 4000 m.	Kvismaredalens IF	Ja
	19	Våruset	5 km.	KFUM Örebro	
	27	Grabshalvan	5 km.	NFIF	
	29	Hällefors terrängen	10 km.	Hällefors LK	Ja
Juni	5	Stockholm Marathon	Helmarathon	Hässelby/Spårvägen	
	12	Fellingsbrovarvet	12 km.	Fellingsbro AIK	Ja
	19	Fröviloppet	10 km.	Frövi IK	Ja
	23	DM VDM 5000m.	5 km.	Glanshammars IF	Ja
Juli	3	Semesterhalvmaran	Halvmarathon	Kumla SF	Ja
	9	Utmaningen, minitriathlon	150 m., 8 km., 2 km.	IFK Nora Långlöpning	
	17	Viiby Marathon DM - VDM	Marathon	Östansjö SK	Ja
Aug.	7	Stripastafetten	18 km. 3 sträckor	Storådalens SK	Ja
	10	DM/VDM 10 000m.	10 km.	Stocksätters IF	Ja
	14	Östansjöloppet	10 km.	Östansjö SK	Ja
	19	Bloodloppet	5 km., 10 km.	IF Start	
	28	Åstadsloppet	Halvmarathon	KFUM Örebro	Ja
Sept.	4	Hjulsjöjoggen	8 km.	Hjulsjö LK	Ja
	5	Tjejmilen	10 km.	Hässelby/Spårvägen	
	11	Norasjön Runt DM - VDM	Halvmarathon	IFK Nora Långlöpning	Ja
	19	Tarstaborgsrundan	9 km.	Pålsboda Golf	Ja
	24-26	Lidingöloppet	Olika klasser	IFK Lidingö	
Okt.	3	Annaloppet	600 m. - 5 km.	IFK Nora Friidrott	
	16	Långa DM-terrängen, Sen+Vet.	8000 m., 12000 m.	Storådalens SK	Ja
	24	Karlsundsloppet	10 km.	Karlsunds IF	Ja
Nov.	6	Kilsbergsleden	10 km., 15 km.	Örebro AIK	Ja
Dec.	11	Lucialoppet	10 km.	Vretstorp / Östansjö	Ja
	31	Sylvesterloppet	10,5 km.	IFK Nora	