

LØBERUTER TIL MELLEMLHOLDET

Løberuterne kan ses på:

<http://www.motionsklubbenamager.dk>
søg Motionsklubben Amager Mellemholdet

Tirsdage / torsdage december 2023 – februar 2024

Løberne er delt i to hold tirsdage og torsdage.

Et hold der løber < end 6 min per km.

Et hold som løber > end 6 min per km.

December 2024

Tirsdag 3/12 2024 Fisketorvet

Klubhuset - Amager Strandvej - Svend Vonvedsvej - Agnetevej - Tovelillevej - Italiensvej – Elbagade - Peder Lykkes Vej - Grønjordsvej – Ørestads Boulevard – Fisketorvet – Lange Bro - Amager Boulevard – Prags Boulevard – Badensgade – Østrigsgade – Øresundsvej – Engvej – Italiensvej - Amager Strandvej - Klubhuset.

Km: >15



Torsdag 5/12 2024 Tårnby Bypark - Travbane Parken

Klubhuset - Bøjlevej – Stien langs metroen - Wibrandsvej – Sumatravej - Samosvej - Rodosvej - Amagerbrogade - Oxford Alle - Ilfordvej - Englandsvej - ”Stien gennem Tårnby Bypark” – ”Stien over motorvejen” - ”Stien over Travbane Parken – Løjtegårdsvej - Herkules Alle - Gemmas Alle - Uranus Alle - Amager Landevej - Gammel Kirkevej - Ved Diget - Kastrup Lundsgade - Alleen - Kastrup Krogen - Gammel Skovvej - Saltværksvej – Bøjlevej – Søværnset - Klubhuset.

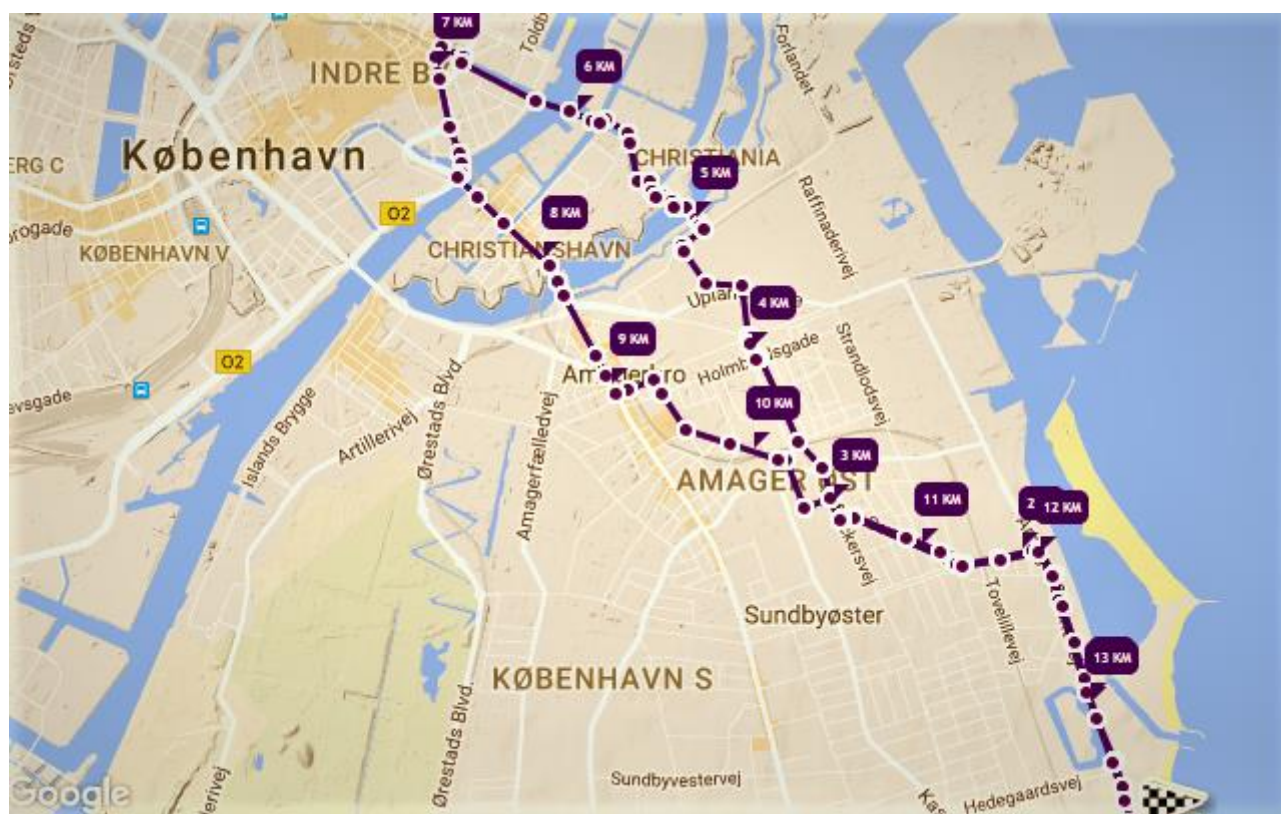
Km: >11



Tirsdag 10/12 2024 (Kongens Nytorv)

Klubhuset – Amager Strandvej – Italiensvej – Sorrentovej – Backersvej – Østrigsgade – Stien over Kløvermarken - Kløvermarksvej - Broen til Midt dyssen - Mælkebøttevej - Fabrikksområdet - Over broen fra Refshalevej - Stien til værtsbroen – Inderhavnsbroen - Havnegade - Nyhavn – Kongens Nytorv – Niels Juels gade – Knippelsbro - Torvegade – Amager Brogade – Prags Boulevard – Holmbladsgade – Frankrigshusene - Wittenberggade – Backersvej – Sorrentovej – Italiensvej – Amager Strandvej – Klubhuset.

Km: <14



Torsdag 12/12 2024 Travbaneparken – Tårnby Bypark – Vandtårnet

Klubhuset - Amager Strandvej - Crilles Tønnesens Alle - "Stien langs motorvejen" - Gammel Kirkevej - Amager Landevej - Castor Alle - Nordstjerne Alle - Astridsvej - Over Travbane Parken - Løjtegårdsvej - Englandsvej - Gemmas Alle - Over motorvejen og til stien Tårnby Parken - Rundkørslen – Risebæk Vej - Englandsvej - Ilfordvej - Oxford Alle - Vejlands Alle - Greisvej - Engvej - Hedegårdsvej – Bøjlevej - Amager Strandvej - Klubhuset.

Km: >11



Tirsdag 17/12 2024 (Frankrigsgade - Ørestads Boulevard)

Klubhuset – Søvnøget - Vægtergangen – Nordrehøj Alle – Pindosvej - Grækenlandsvej – Frankrigsgade – Tingvej – Peder Lykkes vej – Grønjordsvej – Ørestads Boulevard eller Stien langs Metroen – Dige Vej - Vestermarksvej – Engelsvej – Windsorvej - Irlandsvej – Tårnbypark Alle - Tårnbyvej – Saltværksvej – Bøjlevej - Amager Strandvej – Klubhuset.

Km: <13



Torsdag 19 /12 2024 (U. Langebro – Islands Brygge)

Klubhuset - Amager Strandvej – Syrefabriksvej – Grækenlandsvej – Kirkegårdsvej - Spaniengade - Reberbanegade – Christmas Møllers Plads – Torvegade – Langebrogade – Under Lange Bro – Islandsbrygge – Myggenæsgade - Njalsgade – Sundholmsvej – Englandsvej - Øresundsvej – Kastrupvej – Sixtusvej – Sorrentovej - Engvej - Hedegårdsvej – Bøjlevej -Amager Strandvej - Klubhuset.

Km: >13



Tirsdag 24/12 2024

Julehygge

Torsdag 26/12 2024

Mere julehygge og måske en lille løbetur på egen hånd

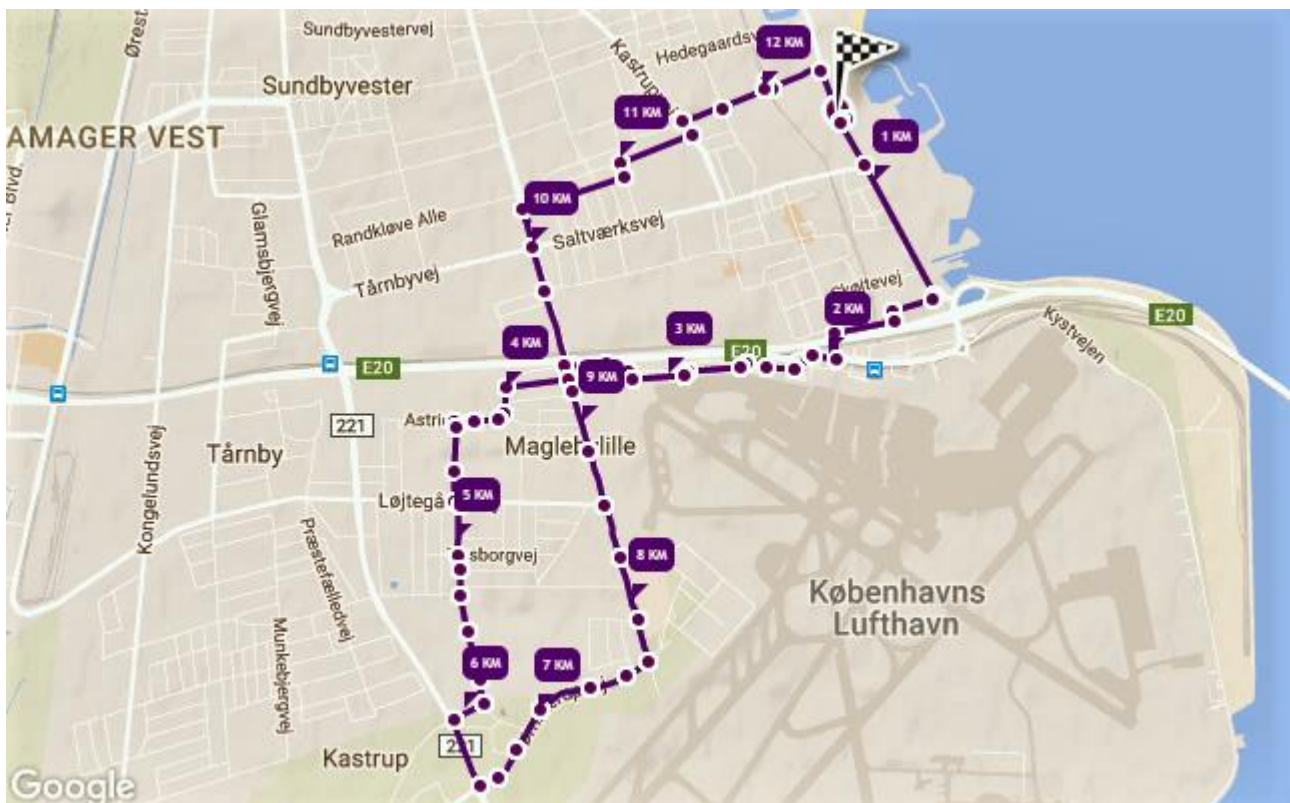
Tirsdag 31/12 2024 I

**Godt Nytår, vi ses måske til Nytårgåturen i morgen d 1 januar 2025
Mere om den i klubben**

Januar 2025

Torsdag 2/1 2025 Tømmerup Vej - Amager Landevej

Klubhuset - Lufthavnen – Amager landevej – Castor Alle – Nordstjerne Alle – Astridsvej - Over Travbanen (Travbane Parken) - Snoghøjs Alle – Høgsbrovej – Kristinehøj - Engelsvej - Tømmerup Vej - Amager Landevej – Ambra Alle – Hyben Alle – Syrefabriksvej - Vægtergangen – Bøjlevej – Søværnet - Amager Strandvej – Klubhuset.



Tirsdag 7/1 2025 (Oxford Alle – Oliefabriksvej – Tårnby Torv)

**Klubhuset - Amager Strandvej - Vægtergangen - Nordmarksvej -
Televænget/Postparken - Kastrupvej - Hellasvej - Adrianvej - Amagerbrogade -
Vejlands Alle - Oxford Alle - Bygrænsen - Glamsbjergvej - Bredskiftevej -
Oliefabriksvej - Fuglebækvej - Hornevej - Præstefælledvej - Vestre Bygade - Tårnby
Torv - "Stien langs motorvejen" – Gammel Kirkevej - Ved Diget - Krostrædet –
Alleen – Skovmarken – Bøjlevej – Søværnet - Klubhuset.**

Km: 11



Torsdag 9/1 2025 (Oxford Alle – Blykobbvej - Stien langs motorvejen)

Klubhuset - Amager Strandvej – Bøjlevej - Stien langs Metroen – Metro Broen - Wibrandtvej – Sumatravej - Samosvej - Rodosvej - Amagerbrogade - Oxford Alle – Dublinvej - Etonvej - Følfod vej - Irlandsvej - Blykobbvej - Stien langs motorvejen - Klubhuset.

Km: >9



Tirsdag 14/1 2025 Irlandsvej – Peder Lykkes Vej – Ørestads Boulevard

Klubhuset - Amager Strandvej - Svend Vonvedsvej – Tunnellen til Formosavej - Ceylonvej – Volosvej - Grækenlandsvej – Rhodosvej – Ingolfs Alle - Irlandsvej – Peder Lykkes vej – Grønjordsvej – Ørestads Boulevard – Vestermarksvej – Engelsvej - Vejlands Alle – Irlandsvej – Tårnbyvej – Amager Landevej – Ambra Alle – Syrefabriksvej – Vægtergangen – Bøjlevej - Amager Strandvej – Klubhuset.

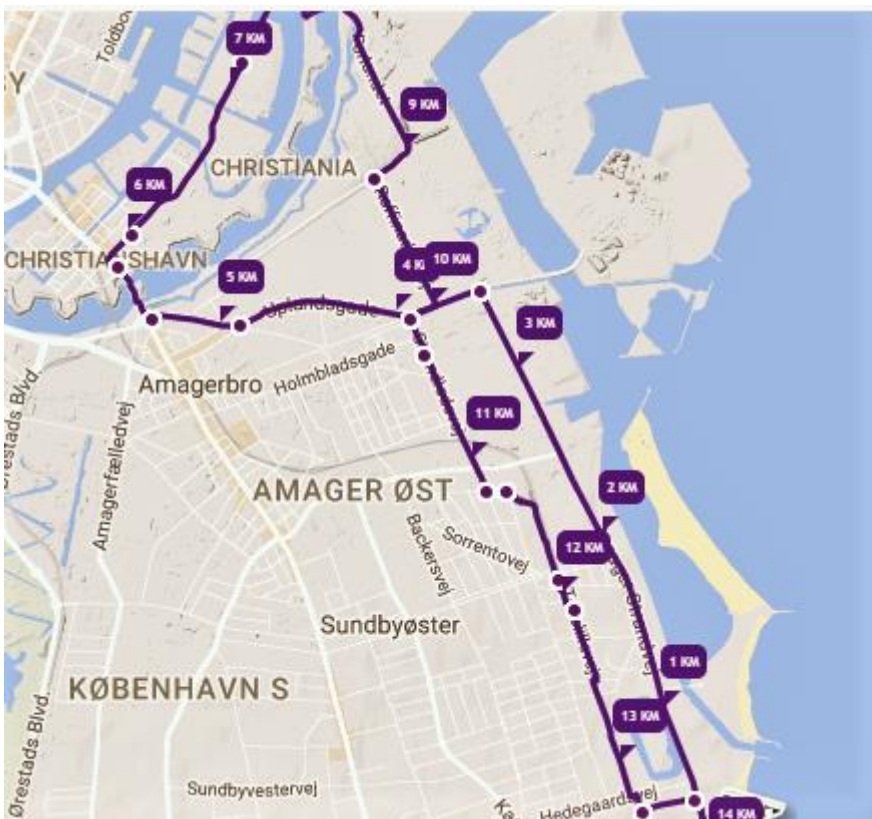
Km: >12



Torsdag 16/1 2025 Holmen

Klubhuset - Amager Strandvej - Prags Boulevard - Uplandsgade - Christmas Møllers Plads - Torvegade - Christianshavns Voldgade - Bådsmandsstræde - Prinsessegade - Værfts Broen - Danne Skjold Samsøes Alle - Forlandet - Kløvermarksvej - Raffinaderivej - Prags Boulevard - Strandlodsvej - Øresundsvej - Engvej - Italiensvej - Tovelillevej - Hedegårdsvej - Bøjlevej - Søvnæng - Amager Strandvej - Klubhuset.

Km: 14



Tirsdag 21/1 2025 Oliefabriksvej - Fuglebækvej

Klubhuset - Amager Strandvej – Søvnængt – Bøjlevej - Vægtergangen - Nordmarksvej - Televænget - Kastrupvej - Hellasvej - Adrianvej - Amagerbrogade – Store Krog – Oxford Have – Dublinvej - Oxford Alle - Bygrænsen - Glamsbjergvej - Bredskiftevej - Oliefabriksvej - Fuglebækvej - Hornevej - Præstefælledvej - Vestre Bygade – Gemmas Alle – Amager Landevej – Gammel Kirkevej - ”Stien langs motorvejen” - Klubhuset.

Km: >11



Torsdag 23/01 2025 Under Lange Bro – Islandsbrygge

Klubhuset - Amager Strandvej – Bøjlevej – Hedegaardsvej - Hellasvej – Grækenlandsvej – Kirkegårdsvej - Spaniensgade - Reberbanegade – Christmas Møllers Plads – Torvegade – Langebrogade – Under Lange Bro – Islandsbrygge – Njalsgade – Sundholmsvej – Øresundsvej – Kastrupvej – Rialtovej – Sorrentovej Italiensvej – Tovelillevej - Hedegaardsvej – Bøjlevej - Amager Strandvej - Klubhuset.

Km: >13



Tirsdag 28/01 2025 Ørestads Boulevard

Klubhuset – Hyben Alle – Randkløve Alle – Skalbjergrvej – Kanadavej – Kongelundsvej – Høstgildevej - Ørestads Boulevard – Artillerivej - Njalsgade – Sundholmsvej - Engelsvej – Peder Lykkes Vej – Elbagade – Italiensvej - Engvej - Hedegårdsvej – Bøjlevej - Klubhuset.

Km: >14



30/1 2025 (Oxford Alle – Blykobbvej - Stien langs motorvejen)

Klubhuset - Amager Strandvej – Bøjlevej - Stien langs Metroen – Metro Broen - Wibrandtvej – Sumatravej - Samosvej - Rodosvej - Amagerbrogade - Oxford Alle – Dublinvej - Etonvej - Følfod vej - Irlandsvej - Blykobbvej - Stien langs motorvejen - Klubhuset.

Km: >9



Februar 2025

Tirsdag 4/2 2025 (Oliefabriksvej – Brønderslev Alle – Snoghøjs Alle)

Klubhuset - Lufthavnen - Amager landevej – Castor Alle - Gemmas Alle – Stien langs Tårnby Kirke – Oliefabriksvej - Brønderslev Alle - Snoghøjs Alle - Løjtegårdsvej - Over Travbanen (Travbane Parken) - Astridsvej - Gemmas Alle - Uranus Alle – Syvstjerne Alle - Amager landevej – Ambra Alle – Syrefabriksvej – Vægtegangen – Bøjlevej - Klubhuset

Km: >13



Torsdag 6/2 2025 Tårnby Bypark - Travbane Parken

Klubhuset - Bøjlevej – Stien langs metroen - Wibrandtsvej – Sumatravej - Samosvej - Rodosvej - Amagerbrogade - Oxford Alle - Ilfordvej - Engelsdvej - ”Stien gennem Tårnby Bypark” – ”Stien over motorvejen” - ”Stien over Travbaneparken – Løjtegårdsvej - Herkules Alle - Gemmas Alle - Uranus Alle - Amager Landevej - Gammel Kirkevej - Ved Diget - Kastruplundgade - Alleen - Kastrup Krogen - Gammel Skovvej - Saltværksvej – Bøjlevej – Søvnøget - Klubhuset.

Km: >11



Tirsdag 11/2 2024 U. Langebro – Islands Brygge

Klubhuset – Stien langs Metroen – Broen over Metroen – Wibrandtsvej – Backersvej - Østrigsgade – Vermlandsgade - Chr.-Møllers-Pl. – Torvegade – Chr. Havns Voldgade – Langebrogade – U. Langebro – Islands Brygge – Myggenæsgade – Artillerivej - Njalsgade – Sundholmsvej – Engelsvej – Peder Lykkes Vej – Elbagade – Italiensvej – Amager Strandvej - Klubhuset.

Km: >13



Torsdag 13/2 202 Kongelundsvej – Løjtegårdsvej - Oliefabriksvej

Klubhuset - Lufthavnen - Amager landevej - Løjtegårdsvej - Dronningborgvej – Højskole Alle - Snoghøjs Alle - Brønderslevs Alle - Pilegårds Alle - Kongelundsvej - Løjtegårdsvej – Oliefabriksvej – Stien til Tårnby Kirke – Gemmas Alle – Nordstjerne Alle - Castor Alle - Amager landevej – Ambra Alle – Hyben Alle - Syrefabriksvej – Vægtergangen - Bøjlevej – Søvnøget – Amager Strandvej - Klubhuset.

Km: >14



Tirsdag 18/2 2025 (Under Knippelsbro – Havne fronten til Langebro)

Klubhuset - Amager Strandvej - Prags Boulevard - Uplandsgade - Christmas Møllers Plads - Torvegade – Under Knippels Bro - Havnefronten - Langebro – Islandsbrygge – Weidekampsgade – Njalsgade – Sundholmsvej – Engelsvej – Torben Oxes Allé – Søren Nordby Allé – Dyvekes Allé – Christian Lis Allé – Amagerbrogade - Elbagade – Italienvej – Tovelillevej – Stien langs Metroen – Bøjlevej - Amager Strandvej - Klubhuset.

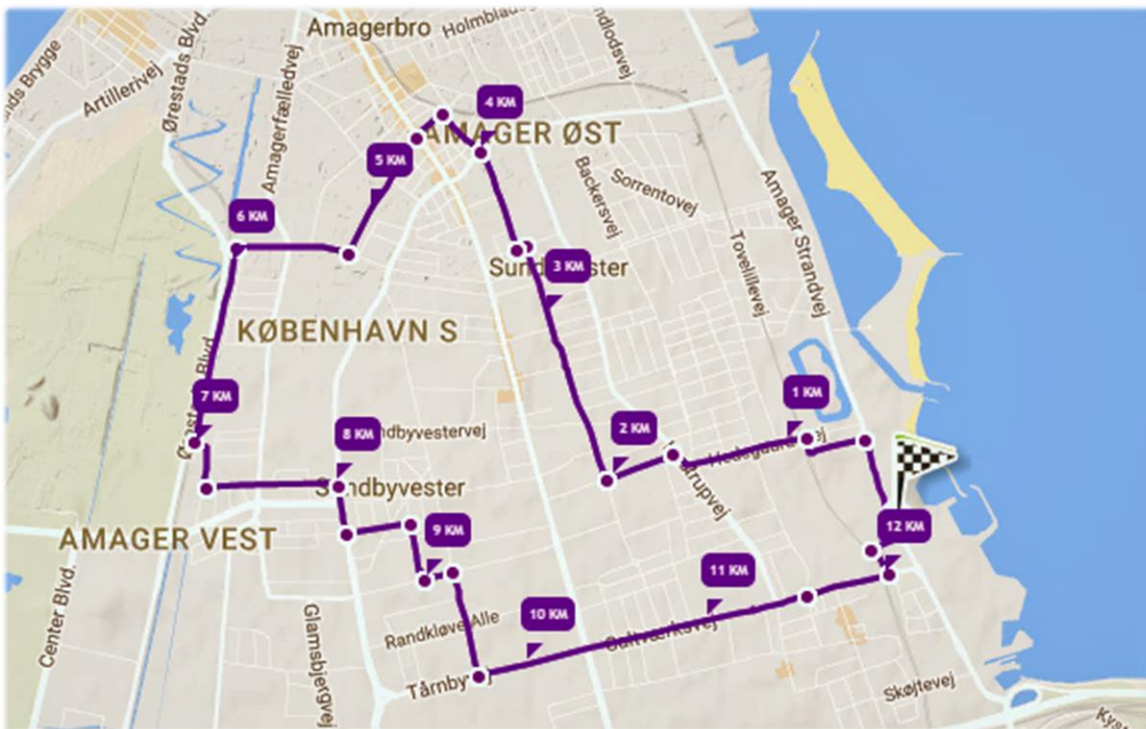
Km: >13



Torsdag 20/2 2025 Ørestads Boulevard

Klubhuset – Bøjlevej – Hedegaardsvej – Hellasvej - Grækenlandsvej – Frankrigsgade – Tingvej – Peder Lykkes vej – Grønjordsvej – Ørestads Boulevard eller Stien langs Metroen – Dige vej - Vestermarksvej - Windsorvej - Irlandsvej – Tårnbyvej – Saltværksvej – Bøjlevej – Søværnet - Amager Strandvej – Klubhuset.

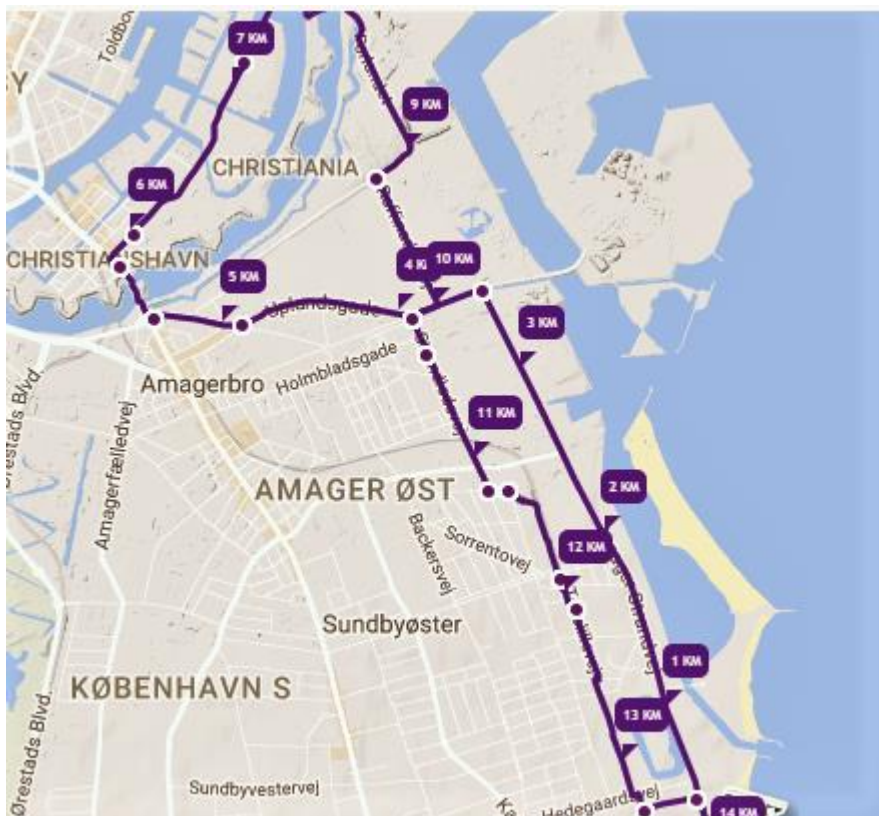
Km: >12



Tirsdag 25/2 2025 Holmen

Klubhuset - Amager Strandvej - Prags Boulevard - Uplandsgade - Christmas Møllers Plads - Torvegade - Christianshavns Voldgade - Bådsmannsstræde - Prinsessegade - Værfts Broen - Danne Skjold Samsøes Alle - Forlandet - Kløvermarksvej - Raffinaderivej - Prags Boulevard - Strandlodsvej - Øresundsvej - Engvej - Italiensvej - Tovelillevej - Hedegårdsvej - Bøjlevej - Søværnsgade - Amager Strandvej - Klubhuset.

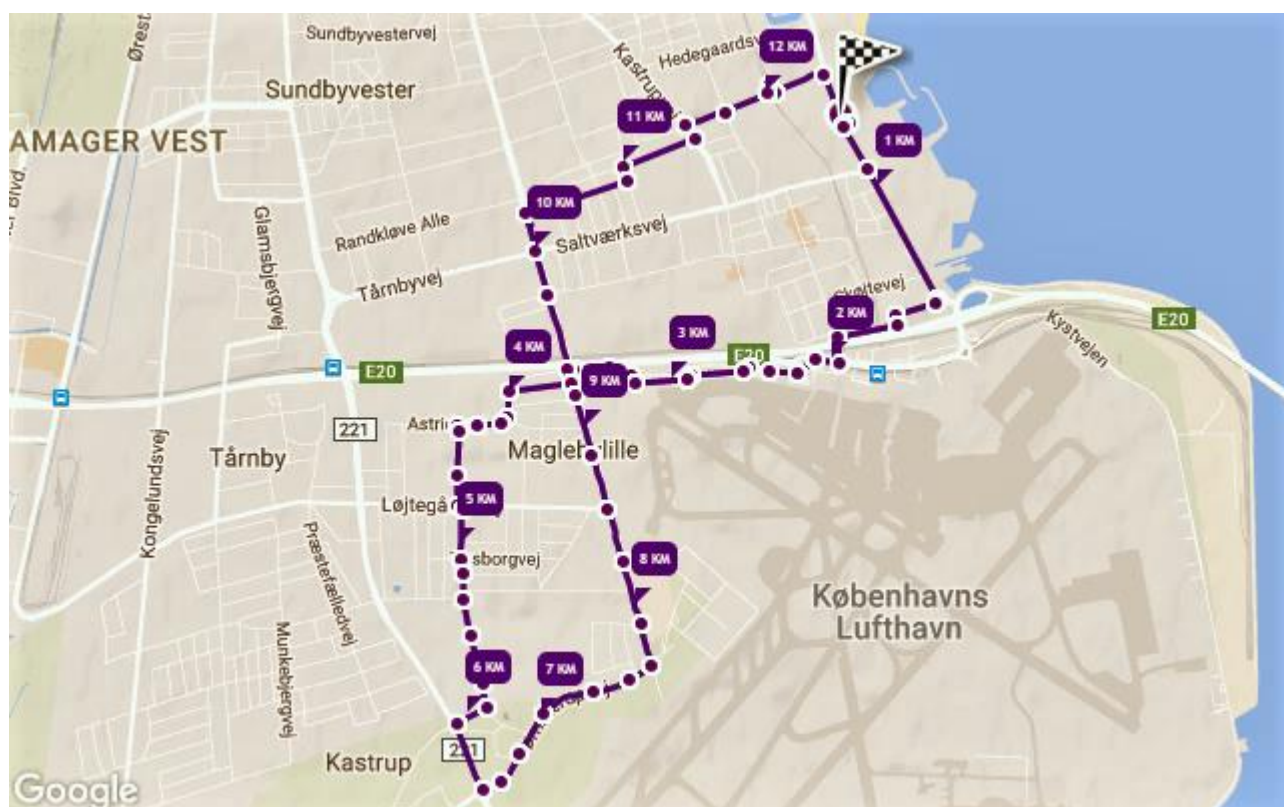
Km: 14



Torsdag 27/2 2025 Tømmerup vej – Amager Landevej

Klubhuset – Strandvejen - Lufthavnen – Amager landevej – Castor Alle – Nordstjerne Alle – Astridsvej - Over Travbanen (Travbane Parken) - Snoghøjs Alle – Høgsbrovej – Kristinehøj - Engelsvej - Ugandavej – Høgsbrovej - Tømmerup Vej - Amager Landevej – Ambra Alle – Hyben Alle – Syrefabriksvej - Vægtergangen – Bøjlevej – Søvnøget - Amager Strandvej – Klubhuset.

Km: >12



Marts 2025 ny liste

