

NN CPC Loop Den Haag 21 kilometer

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
16 december							
51.	x	45 in T1 erna 3 versnellingen	x	45 in T1 waarin 3 x 6 in T21 p = 3	x	[30 in T1]	60 in T1
23 december							
52.	x	45 in T1 erna 3 versnellingen	X Fijne Kerstdagen	50 in T1 waarin 4 x 6 in T21 p = 4	x	[40 in T1]	1h10 in T1
30 december							
01.	x	30 in T1 erna 3 versnellingen	X Gelukkig nieuwjaar!	45 in T1 waarin 5 x 5 in T21 p = 2	x	60 in T1	x
6 januari							
02.	x	60 in T1 waarin 6 x 3 in T15 p = 2	x	45 in T1	x	[40 in T1 waarin 5 x 1 in T5 p = 2]	1h10 in T1
13 januari							
03.	x	60 in T1 waarin 6 x 4 in T15 p = 2	x	55 in T1	x	[40 in T1 waarin 5 x 1 in T5 p = 2]	1h20 in T1
20 januari							
04.	x	60 in T1 waarin 6 x 5 in T15 p = 2	x	60 in T1	x	[40 in T1 waarin 5 x 1 in T5 p = 2]	1h30 in T1
27 januari							
05.	x	45 in T1 waarin 6 x 3 in T15 p = 2 dr	x	45 in T1 erna 4 versnellingen	x	60 in T1 + 15 in T21	x
3 februari							
06.	x	60 in T1 waarin 6 x 3 in T10 p = 2	x	1h10 in T1	x	[40 in T1 waarin 5 x 1 in T5 p = 2]	1h40 in T1
10 februari							
07.	x	45 in T1 + 15 in T2	x	60 in T1 waarin 7 x 3 in T10 p = 2	x	[45 in T1]	1h15 in T1 + 15 in T21
17 februari							
08.	x	60 in T1 waarin 6 x 3 in T10 p = 2	x	45 in T1 met 6 x 3 in T10 p = 2	x	[40 in T1 waarin 5 x 1 in T5 p = 2]	1h50 in T1
24 februari							
09.	x	60 in T1 waarin 3 x 10 in T21 p = 10	x	45 in T1 erna 5 versnellingen	x	60 in T1 waarin 2 x 15 in T21 p = 15 dr	[30 in T1]
2 maart							
10.	x	45 in T1 waarin 4 x 4 in T21 p = 2	x	30 in T1 waarin 4 x 2 in T21 p = 2	x	[15-20 loslopen]	NN CPC Den Haag (2020) 21 kilometer