

Uge		Konkurrence kalender	
1	01/01	6. januar Cross Nat (Århus) Stafetløb 3. mands hold 7. januar Polar Frost Cup 5km og 10km	
2	08/01		
3	15/01		
4	22/01	27. januar DM Kort Cross (Ålborg) 4km 27. januar DM Trail kort distance (Tejn)	
5	29/01	4. februar Polar Frostcup 5km og 10km (Gratisløb)	
6	05/02		
7	12/02	18. febr. Sct. Valentin Milen 10km	
8	19/02		
9	26/02	3. marts DM lang Cross (Fredericia) 10km Mænd og 8km Kvinder	
10	05/03	11. marts Lisabon Halvmarathon	
11	12/03	18. marts Sydkystløbet 5km, 10km og 1/2 marathon (Gratisløb) 17. marts Middelfart DM 10km landevej	
12	19/03	25. marts Griseløbet 5km, 10km og 1/2 marathon	
13	26/03	1. april Middelfart DM 10km landevej	
14	02/04	02. april Helvede i Nord 10km, Halvmarathon (Gratisløb)	
15	09/04		
16	16/04		
17	23/04	29. april Gjensidige Den grønne halvmarathon 10km og 1/2 Marathon	
18	30/04		
19	07/05	12. maj DM Lang Trail (Tejn) 13. maj CPH Marathon	
20	14/05		
21	21/05	DM 10.000m Kbh. ????	
22	28/05	30. maj Hareskovløbet (Gratisløb)	
23	04/06		
24	11/06	17. juni Farum Sø Rundt 6km og 14km (Gratisløb)	
25	18/06	24.-25. juni Greve DM Masters	
26	25/06	26. juni Mikkeler aftenløb, Kbh. 5km	