



	Pirmdiena 21. novembris	Otrdiena 22. novembris	Trešdiena 23. novembris	Ceturtdiena 24. novembris	Piektdiena 25. novembris	Sestdiena 26. novembris	Svētdiena 27. novembris	Kopā
1.		7km		7km			9km	23km
2.	Pirmdiena 28. novembris	Otrdiena 29. novembris	Trešdiena 30. novembris	Ceturtdiena 1. decembris	Piektdiena 2. decembris	Sestdiena 3. decembris	Svētdiena 4. decembris	
		7km		7km			10km	24km
3.	Pirmdiena 5. decembris	Otrdiena 6. decembris	Trešdiena 7. decembris	Ceturtdiena 8. decembris	Piektdiena 9. decembris	Sestdiena 10. decembris	Svētdiena 11. decembris	
		7km		8km			11km	26km
4.	Pirmdiena 12. decembris	Otrdiena 13. decembris	Trešdiena 14. decembris	Ceturtdiena 15. decembris	Piektdiena 16. decembris	Sestdiena 17. decembris	Svētdiena 18. decembris	
		7km		9km			11km	27km
5.	Pirmdiena 19. decembris	Otrdiena 20. decembris	Trešdiena 21. decembris	Ceturtdiena 22. decembris	Piektdiena 23. decembris	Sestdiena 24. decembris	Svētdiena 25. decembris	
		intervāli 2km+5*200m+2km		9km			14km	29km
6.	Pirmdiena 26. decembris	Otrdiena 27. decembris	Trešdiena 28. decembris	Ceturtdiena 29. decembris	Piektdiena 30. decembris	Sestdiena 31. decembris	Svētdiena 1. janvāris	
		intervāli 2km+5*200m+2km		9km			15km	30km
7.	Pirmdiena 2. janvāris	Otrdiena 3. janvāris	Trešdiena 4. janvāris	Ceturtdiena 5. janvāris	Piektdiena 6. janvāris	Sestdiena 7. janvāris	Svētdiena 8. janvāris	
		intervāli 2km+5*200m+2km		9km			17km	32km
8.	Pirmdiena 9. janvāris	Otrdiena 10. janvāris	Trešdiena 11. janvāris	Ceturtdiena 12. janvāris	Piektdiena 13. janvāris	Sestdiena 14. janvāris	Svētdiena 15. janvāris	
		intervāli 2km+5*200m+2km		9km			19km	34km
9.	Pirmdiena 16. janvāris	Otrdiena 17. janvāris	Trešdiena 18. janvāris	Ceturtdiena 19. janvāris	Piektdiena 20. janvāris	Sestdiena 21. janvāris	Svētdiena 22. janvāris	
		7km		7km			12km	26km
10.	Pirmdiena 23. janvāris	Otrdiena 24. janvāris	Trešdiena 25. janvāris	Ceturtdiena 26. janvāris	Piektdiena 27. janvāris	Sestdiena 28. janvāris	Svētdiena 29. janvāris	
		7km		4km			<a href="#">International Marathon of Marrakesh</a>	32km