

LM

STARTLINJEN**“The Big Four”**

Nye medlemmer i den eksklusive klub Side 12

Erstatning for løbeskader

En løber i Højesteretten Side 14

Farvel til nogle de største løbetalenter

Læs om Bolt og Mo's farvel til baneløb..... Side 16

TRÆNING**Træning i efterårsvejret**

Læs fordelene om træning i denne årtid Side 21

Udfordre dig selv og bliv en bedre løber

Flyt dine grænser med progressivt løb..... Side 24

FEATURES**Profil: Peter Schnohr**

Mød manden bag Østerbrondersøgeløbet og Eremitageløbet Side 26

Er trailløb noget for dig?

Få gode tips til at komme i gang med trailløb..... Side 34

Danish Running Award hylder løbebranchen

Læs om vinderne, der gør en stor forskel i den danske løbeverden Side 46

MÅLSTREGEN

Gear & tests Side 62

Løbsrapporter:

De tre brødløb i Danmark Side 66

Filurans trail tour i Italien Side 70

Løbskalender Side 78

#RunUpKili Side 82



PRIVATFOTO

34
TRAILLØB
TIPS OG GODE RÅD



FOTO PUJMA

16
ET FARVEL TIL BANEN



FOTO ANDERS JUNKER

66
LØBSRAPPORTER



FOTO MORSCH PHOTO BY MORTEN SCHROEDER

46
DANISH RUNNING AWARD