

2020 APRIL

HALF-MARATHON TRAINING SCHEDULE



Su	Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa
29	30	31	1	2 Run 4 mi.	3	4
5 Run 11 mi.	6	7 Run 4 mi.	8	9 Run 4 mi.	10	11
12 Run 12 mi.	13	14 Run 3 mi.	15	16 Run 3 mi.	17	18
19 Run 5 mi.	20	21 Run 2 mi.	22	23 Run 20 min.	24	25
26 Race 13.1 mi.	27	28	29	30	1	2

