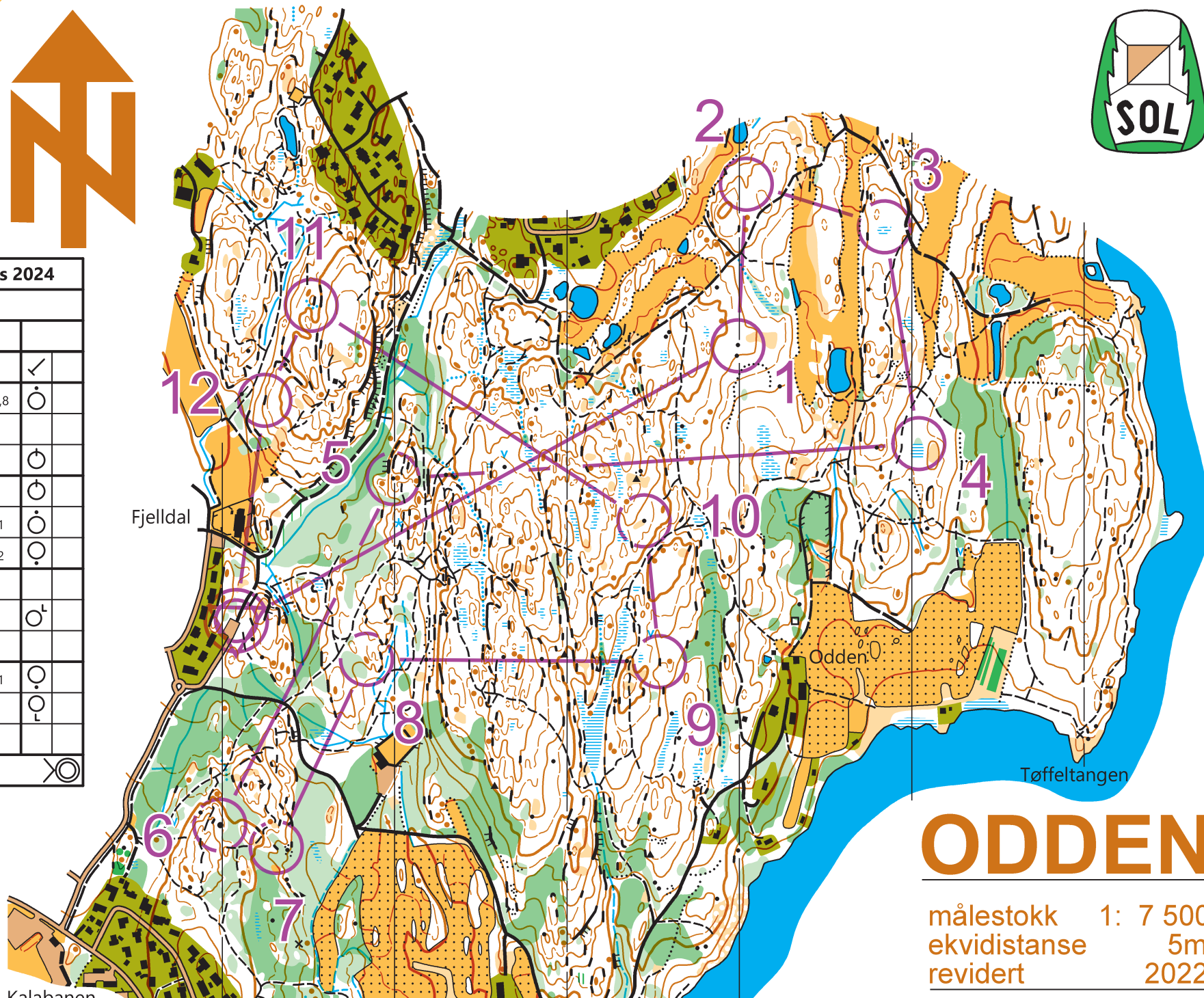




Treningsløp 9 mars 2024									
5 km									
1		5,0 km							
▷			↗					✓	
1	87	↑	▲		0,8			○	
2	94		∩						
3	95		≡					○	
4	88		≡					○	
5	83		▲		1			○	
6	80		▲		2			○	
7	81	←	≡						
8	93		●					○	
9	84		≡						
10	85		▲		1			○	
11	90		○					○	
12	91		≡						
○	320 m								○



ODDEN

målestokk 1: 7 500
ekvidistanse 5m
revidert 2022