

TRENINGSLØP 13.08.2020

1,5 km			1,5 km								
▷									Start:		
1	153		○						Kolle		
2	152		↗						Gjerde		
3	174		↗	↗	✕				Sti kryss		
4	171		▲						Stein		
5	157		↗	↗	✕				Sti kryss		
6	154		▲						Stein		
7	161		⋯						Råsig		
○	150 m								○	Ingen merking 150 m til mål	

Kølabånn

Bygge-
område