

# Treningsløp Årbogen Vest

28.04.2022

MÅLESTOKK 1: 7 500

4 km

3,8 km

|   |      |   |   |   |  |   |
|---|------|---|---|---|--|---|
| ▷ |      | ↗ | ↘ | Y |  |   |
| 1 | 156  | ▲ |   |   |  |   |
| 2 | 160  | ≡ |   |   |  |   |
| 3 | 163  | ∩ |   |   |  |   |
| 4 | 164  | ○ |   |   |  |   |
| 5 | 171  | ∩ |   |   |  |   |
| 6 | 165  | ≡ |   |   |  |   |
| 7 | 166  | ↑ | ▲ |   |  |   |
| 8 | 167  | ∇ |   |   |  |   |
| 9 | 159  | ↗ | ↘ | × |  |   |
| ○ | 90 m |   |   |   |  | ○ |



Årbogen Vest

