

5 km: Høgst ved post 9

Treningsløp 4. mai 2023 - Spiten

Målestokk 1:7500 - Ekvidistanse 5m

4 km		3,3 km			
▷					
1	150	×			
2	153	●		○	
3	160	E		L	
4	162	■		○	
5	166	×		Q	
6	170	E		L	
7	167	●			
8	171	∩		Q	
9	168	~	<		
10	169	▲		○	
11	164	●		○	
12	159	/	×		
○	80 m			○	

