



Treningsløp 11.05.23

M 1:7500

4 km A		3,6 km			
▷					
1	167	○			
2	160	▲			○
3	159	≡			└
4	156	○			
5	151	▲			
6	155	•			
7	153	▲			
8	174	≡			└
○		170 m		○	