

Træning
25-11-2023

1 : 10.000

Svær, lang	6,1 km		
1 42	↓	↑	↘
2 59	⊖		
3 44	∩		
4 45	▲		
5 46	↙	●	
6 47	∩	—	
7 48		⋯	⊥
8 49		↓	⊙
9 50	⊖		⊥
10 55	∧		⊥
11 58	→	∩	
12 51	↓	⊖	<
13 52	↑	▲	
14 53	→	⊗	
15 54	≡		⊙

⊙ < 600 m > ⊙

