

VO Træningsløb uge 39

Bane 2	3,7 km	
1 101	≡	⊥
2 103	↑ ↻	⊥
3 104	≡	↘
4 105	⋈ ↻	⊥
5 112	*	
6 114	↘	↘
7 115	∩	
8 120	∩	
9 108	← ⋈ ↻	↘
10 107	∩	
11 106	⋈ ⋈	↘
12 111	↓ ⋈ ⋈	↘

○ < 100 m > ○

www.condes.net 10.3.3 Viborg DK



Undallslund
1:7.500
ækv. distance 2,5 m

