



Trening uke 20

	1	2,8 km			
▷					
1	39	∇			
2	33	∇			
3	34	⊖			⊙
4	40	⊖			
5	35	↘	⊗	×	
6	36	∇			
7	37	○			
8	38	↙	●		
9	39	∇			
10	32	∇			