



Trening uke 5

		4	1,0 km	
▽				
1	33	↗		└
2	32	▲		
3	37	↗		┌
4	40	↗		<
5	41	∨		
6	52	⊖		⊙
7	43	○		
8	44	⊖		⊙
9	143	↘	<	
10	46	↘	∨	
11	48	⊥		
12	38	↗	<	

Idrettsparken

[www.ringerike-o-lag.no](http://www.ringerike-o-lag.no)

**SpareBankstiftelsen**  
RINGERIKE

**Grunnlag:** Gammelt o-kart

**Synfaring:** Trine Dirsch Kihle

**Rentegning:** Leif R Hultgreen

KARTTEGN ETTER ISSOM2005