

3500
2.5 m
2013



Trening uke 5

	lang	2,3 km		
▽				
1	147	⬆		
2	43	↗		
3	42	↘		
4	44	×		
5	32	■		└
6	46	↗		└
7	45	⊥		
8	136	↘	Y	
9	148	⊙		
10	139	↗		
11	142	↗		└
12	144	↘	×	
13	143	↗		└
14	150	↗		└
15	137	↗		

www.ringerike-ol.no

SpareBankstift
RINGERIKE

Grunnlag: Gammelt
Synfaring: Trine Disch
Rentegning: leif R Hull
KARTEGN ETTER ISSC