

Träning 20230926

Svår 5	5,6 km		
1	34		▲
2	35	←	▲
3	28	▲	▲
4	25	FE	
5	20	●	
6	27	○	
7	23	∩	
8	26	FE	
9	36	●	
10	22	FE	
11	21		○
12	31	∩	
13	33	▲	
14	32	FE	

○ 100 m ○

