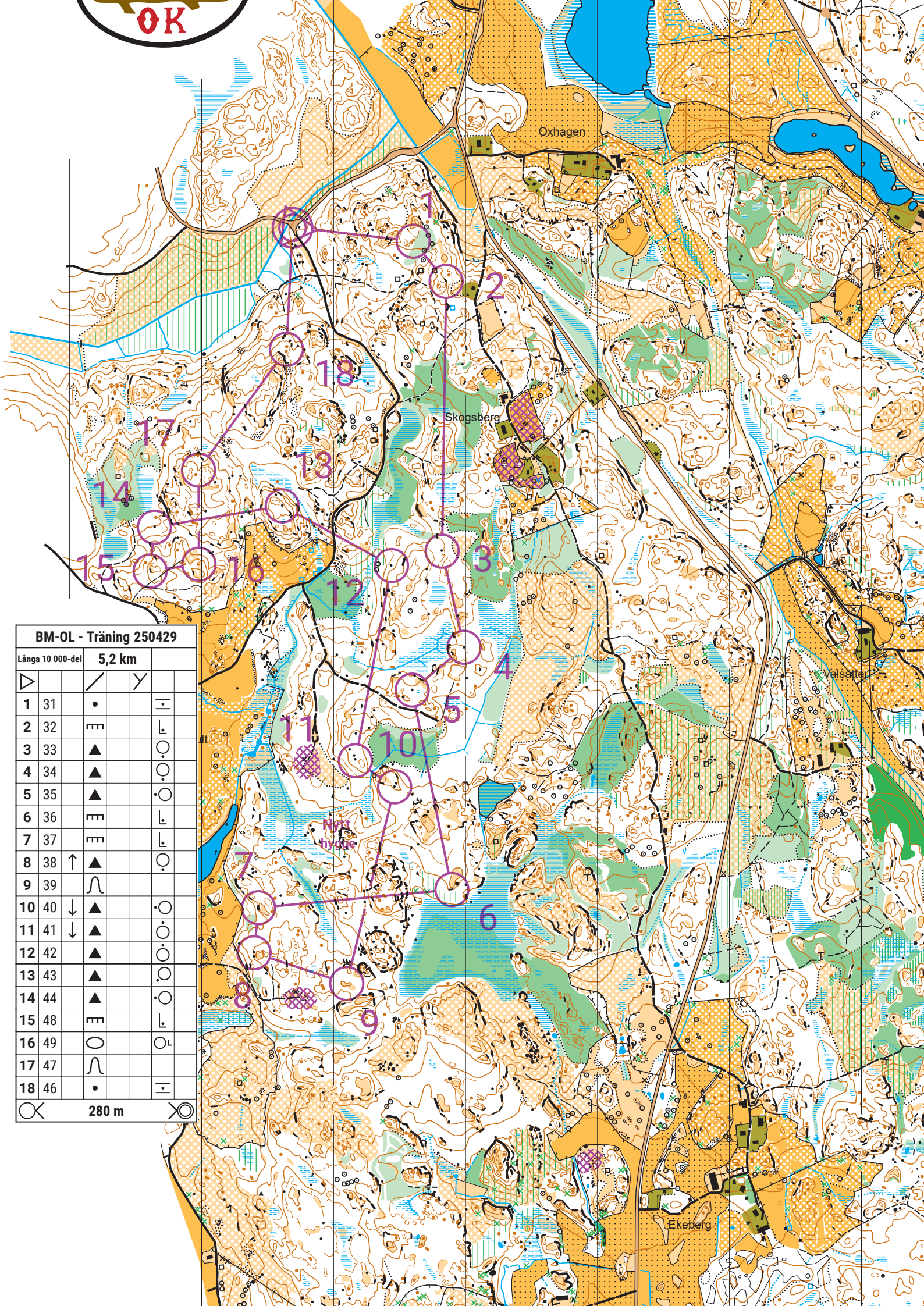


BM-OL - Träning 250429							
Långa 10 000-del			5,2 km				
▷					Y		
1	31		•				
2	32						
3	33		▲				
4	34		▲				
5	35		▲				
6	36						
7	37						
8	38	↑	▲				
9	39						
10	40	↓	▲				
11	41	↓	▲				
12	42		▲				
13	43		▲				
14	44		▲				
15	48						
16	49						
17	47						
18	46		•				
◯✕	280 m						◎