



tirsdagsløp				
A1		1,6 km		
▷				
1	37	∩		∩
2	55	∩		∩
3	56	∩		∩
4	40	▲		○
5	57	▲		○
6	42	≡		⊥
7	58	▲		○
⊗	210 m			⊗

Demma