



**Månedens løype september 2019**

1:10000, ekv. 5 m

**Treningsposter m/refleks**

	Lang	5,2 km		
▷				
1	44	∩		
2	35	∩		
3	37	∩		
4	31	▲		
5	32	↖	∇	
6	33	∩		
7	39	⊖		
8	41	↑	∪	
9	45	⊖		
10	43	→	•	
11	38	∩		
12	40	∩		
13	42	∇		
14	34	∇		
⌒		320 m		⌒