

Oppenåsen - Kilemoen

Ringerike o-lag



ROL-trening uke 17/18				
C-løype		2,1 km		
▷				
1	33	☉		
2	40	☉		
3	41	○		
4	37	☉		
5	36	▲		
6	35	∩		
7	38	∩		
8	39	∇		
⊗	250 m		⊗	

Mobakken

Hen

Adalselva

Kilemoen