



Adalselva

Kilemoen

ROL Trening mai 2021			
18. mai A		4,1 km	
▷			
1	50	∩	
2	51	⊖	
3	52	∩	
4	41	⊖	

5	40	○			
6	53	⊖			
7	39	∩			
8	38	⊖			
9	37	∩			
10	31	↖	∇		
11	35	∩			

12	33	∩			
13	49	∩			
14	47	∩			
15	43	∩			
16	44	⊖			
17	62	∩			
		⊗	140 m	⊗	