



LOK träning 2023									
A		6,9 km							
▷									
1	31		▲					○	
2	32		▬						
3	49		∩						
4	33		▲					○	
5	34	↙	▲					○	
6	35		▲					○	
7	36		▲					○	
8	37		≡						
9	38	↘	▲					○	
10	39	↙	●					○	
11	40		▲					○	
12	41		∩						
13	42		▲					○	
14	43		▲					○	
15	39	↙	●					○	
16	44		○					○	
17	45	↓	●					○	
18	46	↓	∩						
19	47		●					○	
20	48	↖	∩						
		380 m							