

Trening		6,7 km		
▷				
1	31	●		○
2	32	≡		└
3	33	∩		
4	34	∩		
5	35	↗	●	┌
6	36	≡		
7	37	●		○
8	38	○		
9	39	∩		
10	40	∩		
11	41	≡		
12	42	∪		
13	43	∩		
14	44	∩		
15	45	∪		
16	46	○		○
17	47	→	▲	♀

18	48	▽			
19	49	▲			○
20	50	▲			♀
21	51	≡			○
22	52		≡		
23	53	↓	●		♀
24	54		≡		
25	55	●			○
		310 m			

