



### Træning 16. marts 2021

Bane 2,9 km		2.9 km		
▷			↗	⊥
1	46		☼	
2	37	↗	☼	
3	40	⊗		
4	41	↖		
5	38	◇		⊙
6	32	⋈		✓
7	31	⊗		⊙
8	33	⋈	<	
9	34	⊗		⊙
10	43	↗		⊥
11	45	⊗		⊙
12	47	☼		

⊙ < 150 m > ⊙

www.compass.net 9.7.22 Svendborg Svendborg Idrætsklub  
Træning 16. marts 2021