

# Alternativ trening, Mjøø-0

C-løype		3,4 km	
▷		↘	×
1	31	⊖	
2	33	⊖	
3	34	○	
4	54	∇	
5	36	○	
6	55	⊖	×
7	48	○	
8	52	○	

○ 520 m ○

