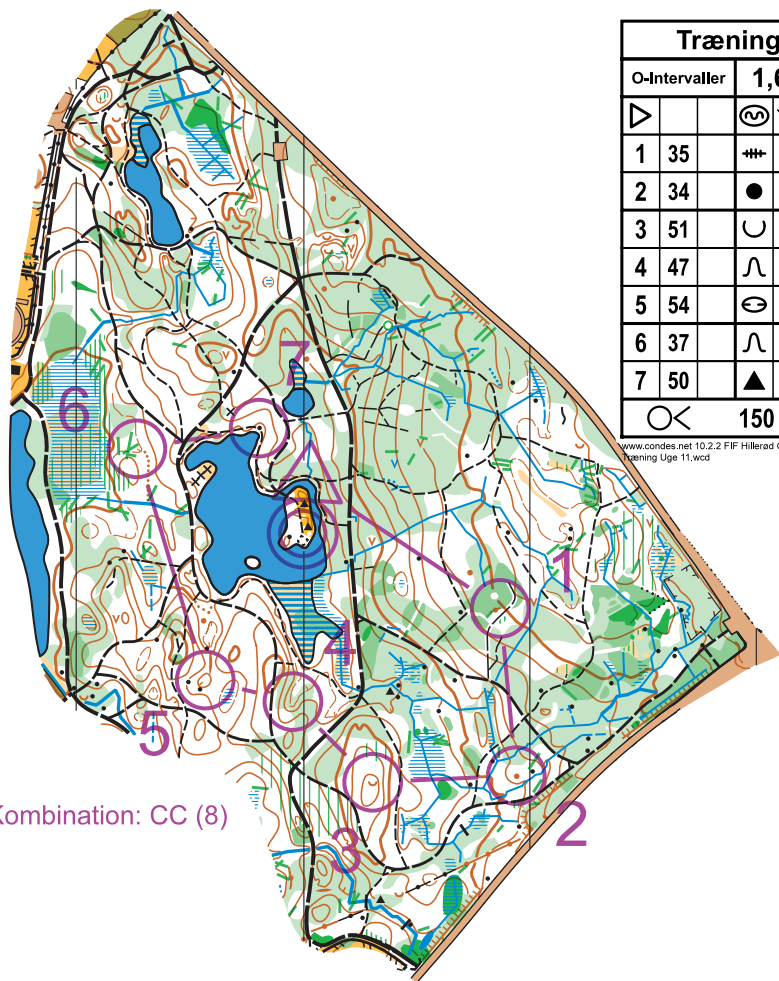


PRÆSTEVANG

1/10.000
ÆKV. 2.5M



Træning Uge 11			
O-Intervaller	1,6 km		
▷	⊙	2002	Y
1 35	##		↗
2 34	●		
3 51	∪		
4 47	∩		
5 54	⊖		
6 37	∩		
7 50	▲		

150 m

www.condes.net 10.2.2 FIF Hillerød Orientering
Træning Uge 11.wcd

Kombination: CC (8)

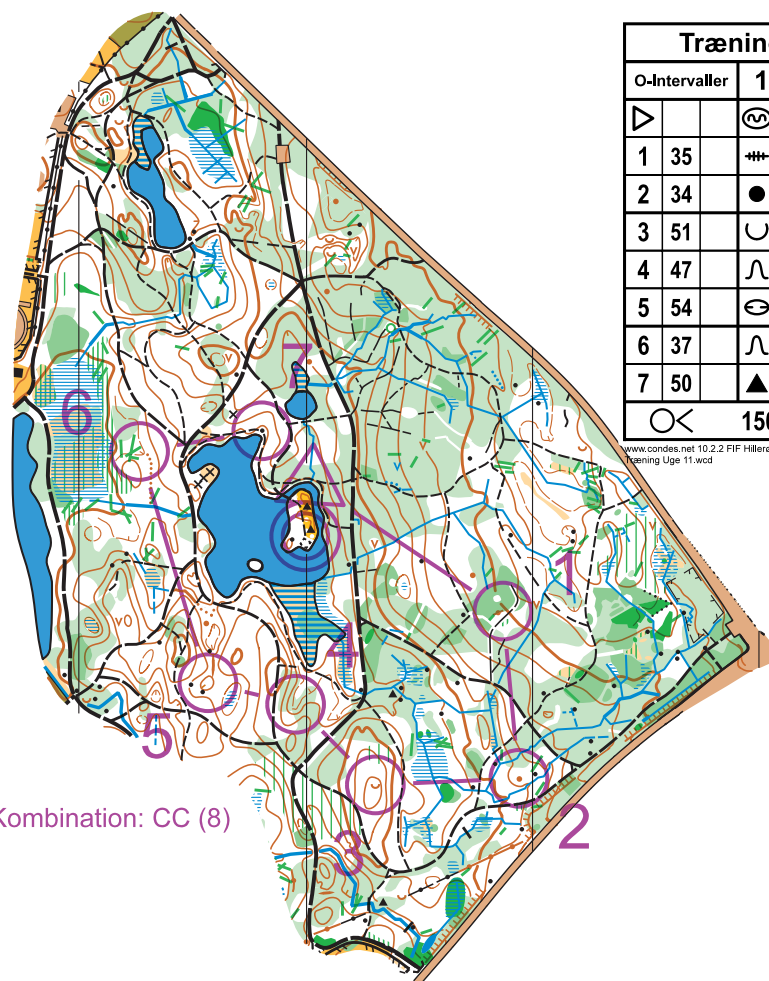


BANELÆGGER: MALTHER POULSEN

O-INTERVALLER

PRÆSTEVANG

1/10.000
ÆKV. 2.5M



Træning Uge 11			
O-Intervaller	1,6 km		
▷	⊙	2002	Y
1 35	##		↗
2 34	●		
3 51	∪		
4 47	∩		
5 54	⊖		
6 37	∩		
7 50	▲		

150 m

www.condes.net 10.2.2 FIF Hillerød Orientering
Træning Uge 11.wcd

Kombination: CC (8)



BANELÆGGER: MALTHER POULSEN

O-INTERVALLER