



Kuukauden treeni heinäkuu 2010					
A-RATA		4,7 km			
▷					
1	31	↙	●		
2	33		○		
3	34	↗	●		
4	35		▲		
5	36		≡		
6	33		○		
7	37		≡		
8	38		●		
9	33		○		
10	39		●		
11	40	↗	≡		
12	41	↓	○		
13	33		○		
14	42		∩		
15	44		▲		
16	43	→	○		
17	33		○		
18	45		≡		
19	46	↙	▲		
20	47		○		
21	48	↗	▲		

○-----95 m----->◎

www.esides.net 8.2.7 Rastivarsat
Kuukauden treeni heinäkuu 2010

Kuukauden treeni heinäkuu 2010 - A-RATA - 4680 m - 1:10 000 - 3.7.2010