

LÖPTEST - vinter

- Uppvärmning ca 10min
- Löpskolning
- Välj bana 4km, 5,5km eller 8,1km. (Karta finns för utskrift.)

OBS! Ny sträckning på slutet pga bygge vid tennishallen.

- Nedjogg

Härligt jobbat!

Meddela tiden till annakatrinnordin@gmail.com