

**2km rute:** Mellem + stor runde

Først mellem runde:



Så stor runde og i mål:





**3km rute:** Lille rund + stor runde + stor runde

Først lille runde:

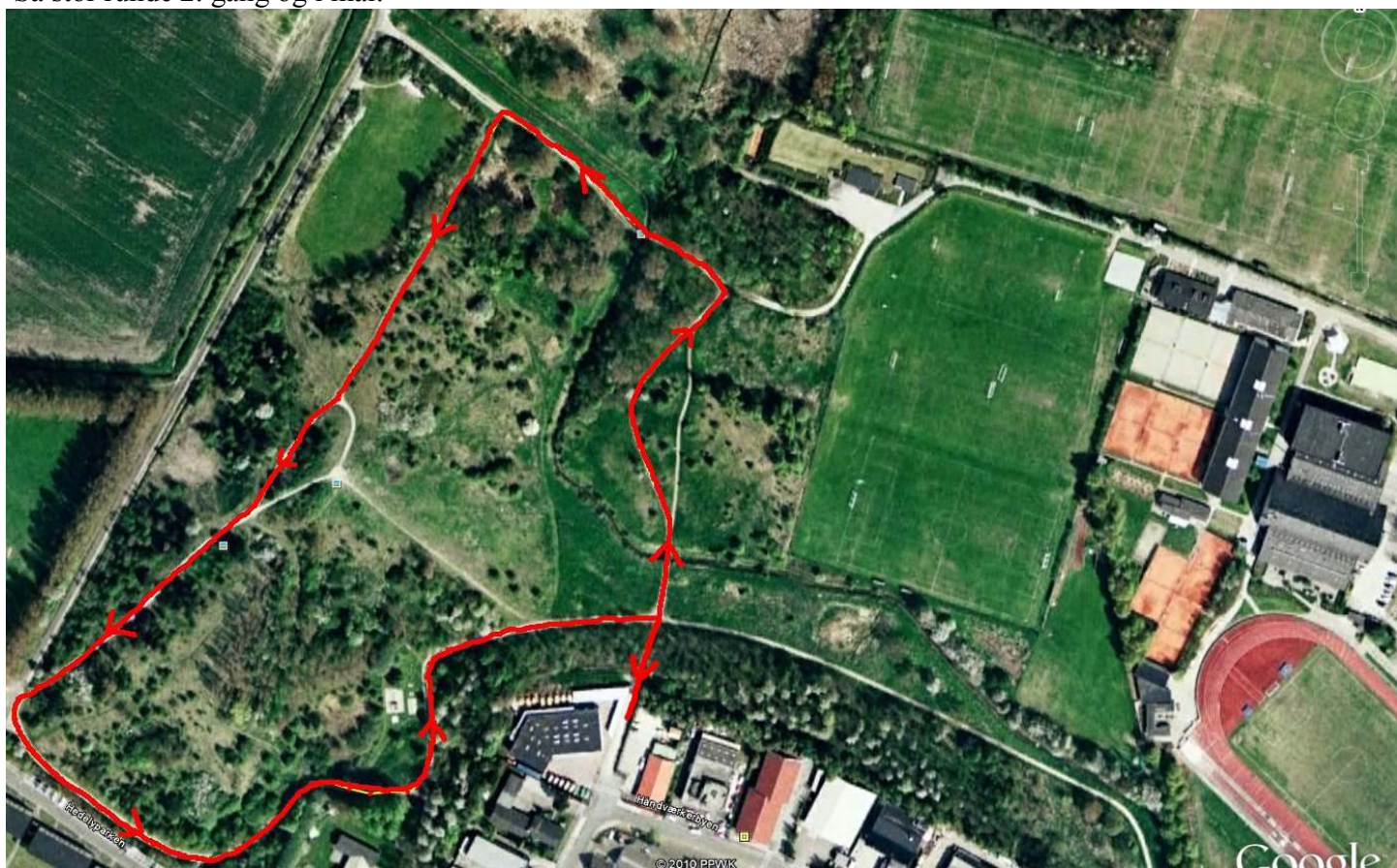


Så stor runde 1. gang:





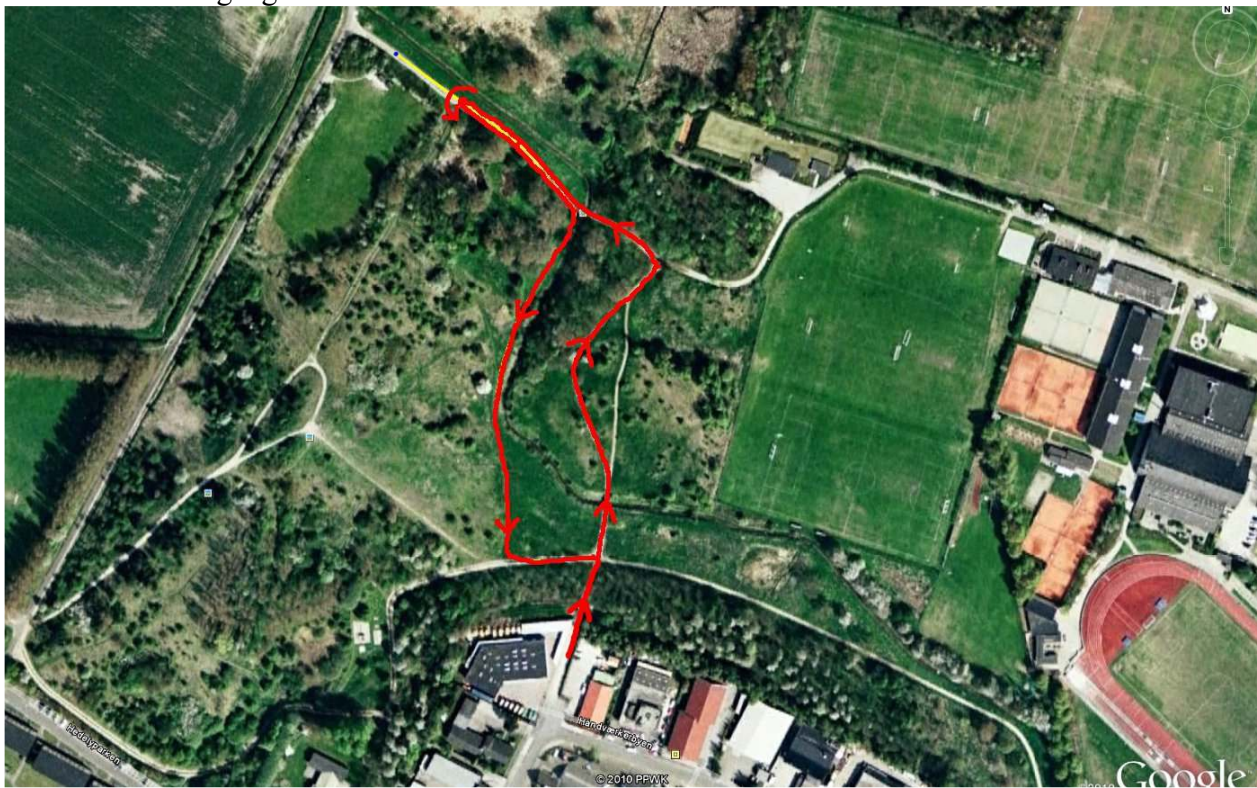
Så stor runde 2. gang og i mål:





**4 km rute:** Mellem runde + mellem runde + stor rund + stor runde

Først mellem 1. gang runde:



Så mellem runde 2. gang:





Så stor runde 1. gang:



Så stor runde 2. gang og i mål:

