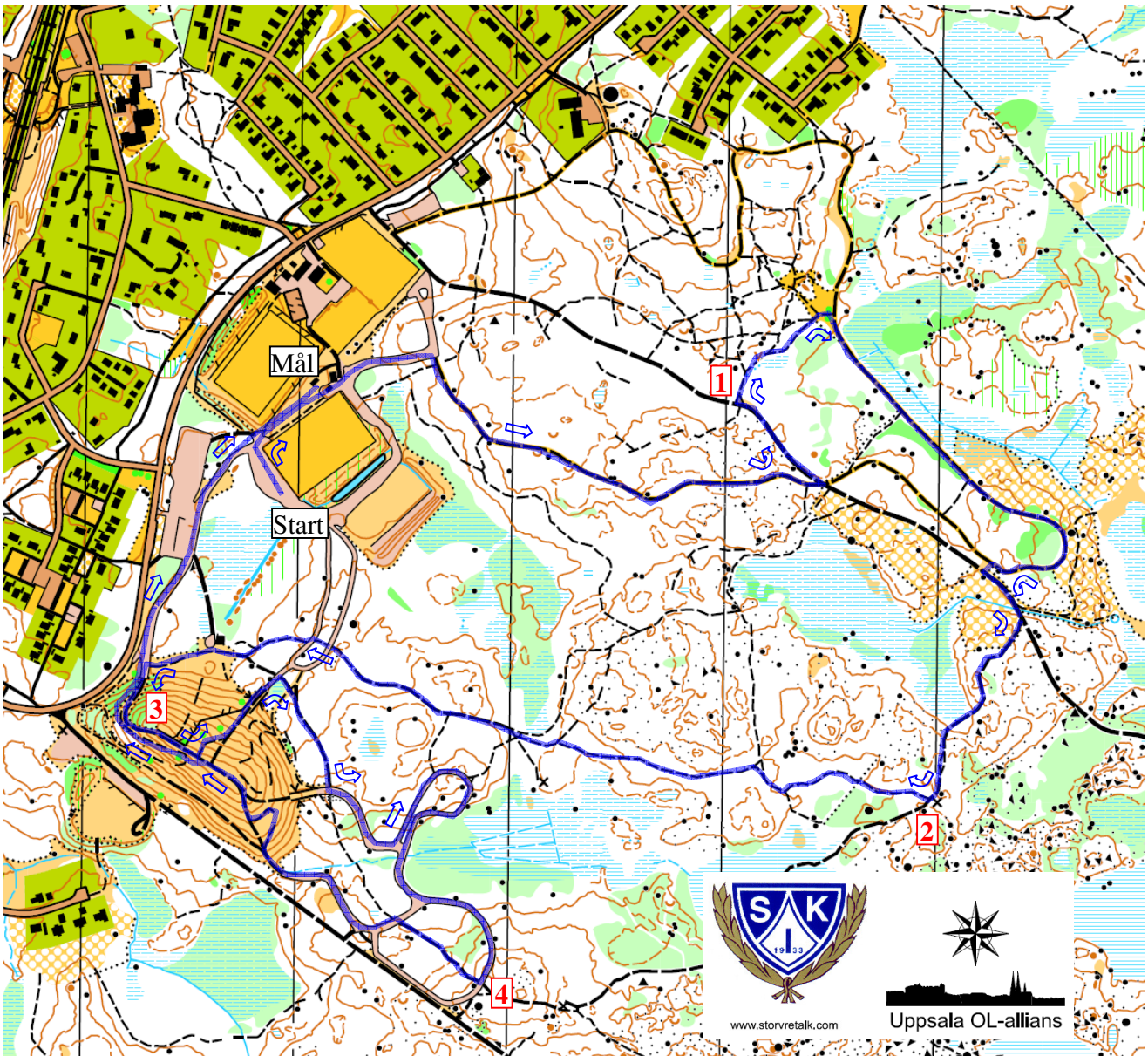


Bankarta Team Sportia Motioncup Terränglöpning



Terränglöpningsspår c.a 5km

0 – 1,5 km elljusspår och grusvägar

1,5 - 3 km lättsprungen stig

3 – 5 km elljusspår och kortare bitar med stigar med flera kraftigare stigningar/utförslöpor