

Hallträning 20190317
 Sträcken motsvarar barriärer

-9

-6

Slalomingångar från svåra vinklar

3

6

9

12

15

15

12

9

6

3

Staketträning + avståndsträning med tunnlar

-15

-12

-9

-6

-3

0

Tunnelträning, ingång från baksida

3

6

9

12

15

15

12

9

6

3

5

4

6

2

1

3

3

5

4

1

2

5

2

3

6

1

9

5

6

4

1

4

2

7

8

3

