

HÖGA KUSTEN SKI TOUR

500m

DEGERSJÖN FREDAG 25 MARS 2022 • INTERVALLSTART FRI STIL

KNATTE MIX 0-6



20 0 50 100m

© Copyright. Grafisk design: Ulf Niederbach, Örnköldsvik februari 2022.

HÖGA KUSTEN SKI TOUR

1000m

DEGERSJÖN FREDAG 25 MARS 2022 • INTERVALLSTART FRI STIL

D/H7 • D/H8



20 0 50 100m

© Copyright. Grafisk design: Ulf Niederbach, Örnköldsvik februari 2022.

HÖGA KUSTEN SKI TOUR

1500m

DEGERSJÖN FREDAG 25 MARS 2022 • INTERVALLSTART FRI STIL

D/H 9 • D/H 10



HÖGA KUSTEN SKI TOUR

2.2km

DEGERSJÖN FREDAG 25 MARS 2022 • INTERVALLSTART FRI STIL

D/H 11 • D/H 12 • Ö1



25 0 75 150m

© Copyright. Grafisk design: Ulf Niederbach, Örnsköldsvik februari 2022.

HÖGA KUSTEN SKI TOUR

2.7km

DEGERSJÖN FREDAG 25 MARS 2022 • INTERVALLSTART FRI STIL

D/H 13 • D/H 14



HÖGA KUSTEN SKI TOUR

5.4km
2 x 2.7

DEGERSJÖN FREDAG 25 MARS 2022 • INTERVALLSTART FRI STIL

D/H 15 • D/H 16 • Ö2



25 0 75 150m

© Copyright. Grafisk design: Ulf Niederbach, Örnsköldsvik februari 2022.

HÖGA KUSTEN SKI TOUR

8.0km
3 x 2.7

DEGERSJÖN FREDAG 25 MARS 2022 • INTERVALLSTART FRI STIL
D/H 17-20

