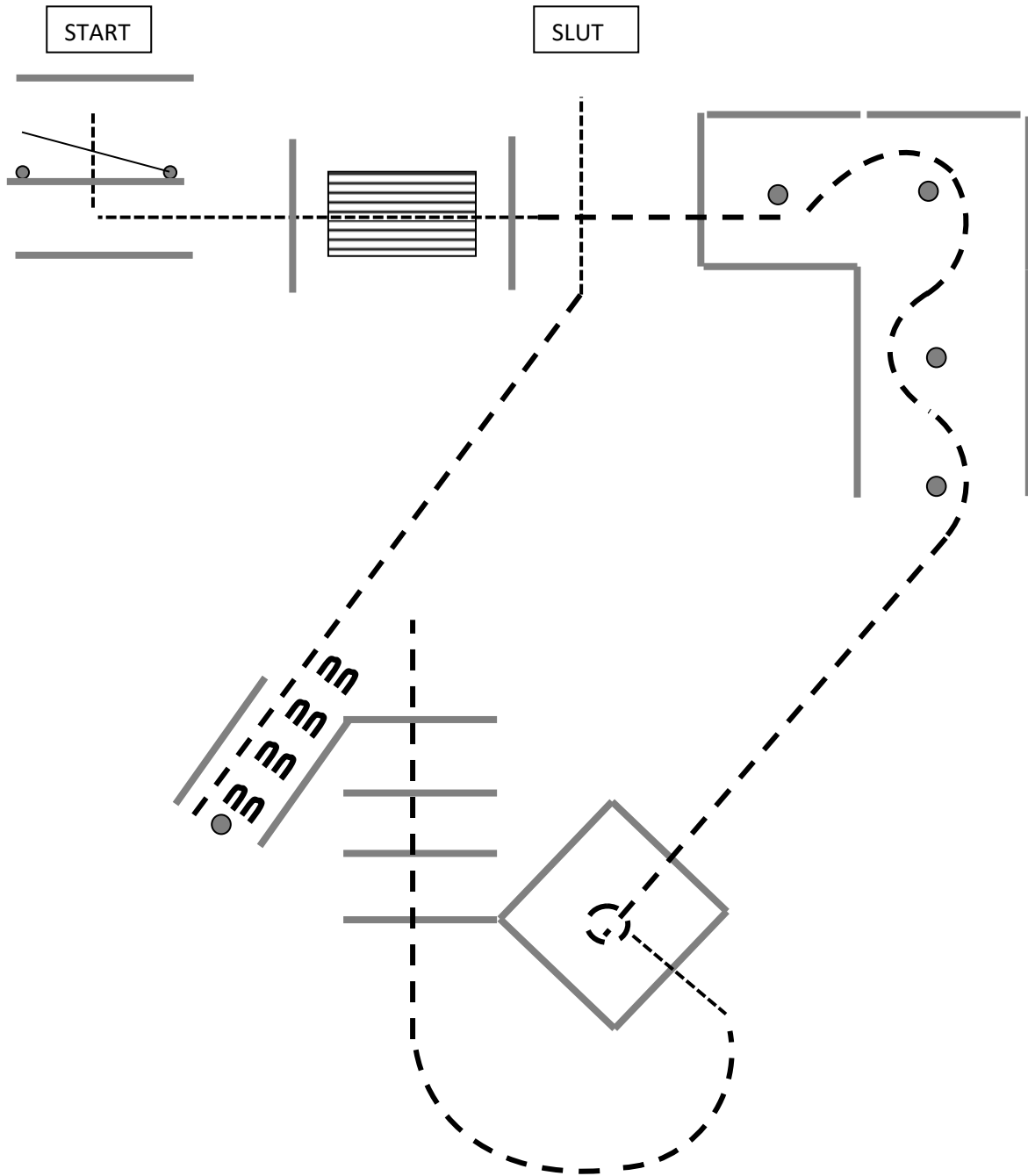


# Trail at Hand Open



2. Öppna grind m bom, vänster hand
3. Skritta bro m bommar
4. Jogga serpentin in i fyrkant - stopp
5. Vänd  $\frac{3}{4}$  varv åt höger – skritt ut
6. Jogga bommar - stopp
7. Rygga in mellan bommar
8. Jog – skritt ut