

Week 3

Week 4

Dag 1	3'	1'	4'	2'	3'	2'	3'	1'	2'	1'		22'
Dag 2	rust											
Dag 3	4'	2'	4'	2'	4'	2'	3'	1'				22'
Dag 4	rust											
Dag 5	4'	2'	4'	2'	3'	1'	3'	2'	2'	1'		24'
Dag 6	Rust											
Dag 7	Rust											

Week 5

Dag 1	4'	1'	4'	2'	4'	1'	3'	1'	3'	1'		24'	
Dag 2	Rust												
Dag 3	5'	1'	5'	2'	4'	1'	4'	2'				24'	
Dag 4	rust												
Dag 5	4'	1'	3'	1'	4'	1'	3'	1'	3'	1'	3'	1'	26'
Dag 6	Rust												
Dag 7	Rust												

Week 6

Dag 1	4'	1'	4'	2'	4'	2'	4'	1'	3'	1'		26'
Dag 2												
Dag 3	4'	1'	5'	2'	5'	2'	4'	1'	3'	1'		28'
Dag 4												
Dag 5	4'	1'	5'	2'	5'	1'	4'	1'	4'	1'		28'
Dag 6	Rust											
Dag 7	Rust											

Week 7

Dag 1	5'	1'	4'	1'	5'	1'	5'	1'	4'	1'		28'
Dag 2												
Dag 3	5'	1'	5'	1'	5'	2'	5'	2'	4'	1'		30'
Dag 4												
Dag 5	5'	1'	5'	1'	5'	1'	5'	1'	5'	1'		30'
Dag 6	Rust											
Dag 7	Rust											

Week 8

Dag 1	7'	2'	6'	1'	6'	1'	6'	1'			30'
Dag 2											
Dag 3	7'	1'	6'	1'	7'	1'	6'	1'			30'
Dag 4											
Dag 5	7'	2'	8'	2'	7'	2'					28'
Dag 6	Rust										
Dag 7	Rust										

Week 9

Dag 1	8'	1'	8'	2'	8'	1'		28'
Dag 2								
Dag 3	8'	1'	7'	1'	8'	1'		26'
Dag 4								
Dag 5	10'	2'	10'	2'				24'
Dag 6	Rust							
Dag 7	Rust							

Week 10

Dag 1	12'	1'	12'	1'		24'
Dag 2						
Dag 3	24'					24'
Dag 4						
Dag 5	24'					24'
Dag 6	Rust					
Dag 7	Rust					