

PM

Medel KM - OK Kolmården 2023-08-21

Samling: Stranden vid Lilla Älgsjön

Banor:

Bana 1	2,2km	Öppen lätt (Grön svårighetsgrad)
Bana 2	2,2km	D10, H10
Bana 3	2,3km	D12, H12
Bana 4	2,8km	D14, H14 (Röd svårighetsgrad)
Bana 5	2,7km	D50, H70, H80
Bana 6	3,6km	D16, H16, D40, H50, H60
Bana 7	4,6km	D18, H18, D20, H20, D21, H21, H40

Ihopslagna klasser: D45->D40, H55->H50, H65->H60, H75->H70, H85->H80

Prata gärna med oss i sekretariatet om du vill springa en bana utom tävlan, så försöker vi ordna det.

Ungdomsledare kommer finnas vid start och mål för att hjälpa våra yngre att komma iväg.

Karta: Lilla Älgsjön, skala 1:10 000 för Bana 7, övriga klasser 1:7 500

Kontrollerna är markerade med skärmar, stämpling sker med SportIdent. Lånepinnar finns på arenan.

Kontrollbeskrivning finns tryckt på kartan. Inga lösa definitioner. Kodsiffror är markerade på SI-enheterna i skogen.

Start: ca 400m från arenan, följ snitsel.

Fri starttid 17:15-18:00.

Obs startstämpling!

Mål: i anslutning till starten. Glöm inte att stämpla ut när du kommer tillbaka till arenan.

Efteranmälan på plats möjligt i mån av kartor.

Efter målgång grillar vi och fikar tillsammans.

Klubbmästare uppmärksammas i vanlig ordning på säsongsavslutningen senare i höst.

Lycka till!

