

centrum ok km helg 2014

Medeldistans 24 maj - Långdistans 25 maj

Klasser & Banlängder

| Klass | Medel | Lång | Svårighet |
|-------|--------|-------|-----------|
| HNY | 4.3km | 6.7km | enkelt |
| DNY | 4.3.km | 6.7km | enkelt |
| H40 | 4.5km | 7.4km | svårt |
| D40 | 3.3km | 6.3km | svårt |
| H21 | 5.7km | 9.2km | svårt |
| D21 | 4.5km | 7.4km | svårt |

Samling

Ellboda f.d. campingplats, Vaxholm kommun. Busshållplats Ellboda friluftsgård. Parkeringsplats strax norr om hållplatsen. TC ligger på ången norrut, ner mot Ekefjärden.

Kollektivtraffik

Lördag: Buss 670 från Danderyds Sjukhus 14:16 till Kulla vägskäll (14:31) ansluter till Buss 681 mot Vaxholm. Gå av på hållplats Ellboda friluftsgård (14:40)

Söndag: Buss 670 från Danderyds Sjukhus 9:16 till Kulla vägskäll (9:31) ansluter till Buss 681 mot Vaxholm. Gå av på hållplats Ellboda friluftsgård (9:40)

Hemresa:

Lördag: från Ellboda friluftsgård kl.18.19

Söndag: från Ellboda friluftsgård kl.14.19

Anmälan

Anmälan via Eventro senast onsdagen den 21 maj

Start

lördag: Första ordinarie start kl. 15.30, väg till start 850m

söndag: Första ordinarie start kl.10.30, väg till start 200m

PM, start-och resultatlistor

se på centrumok.se

Karta

Medeldistans lördag: skala 1:10000

Langdistans söndag: skala 1:15000 för D/H21, 1:10000 för alla övriga klasser

Terrängbeskrivning

lördag: flakt, delvisdetaljrik, söndag, måttlig kuperad och detaljfattig.

Banor

Nybörjarbanorna är förhållandevis långt men lätt

Medeldistans: Banor med medeldistanskaraktär

Långdistans: Banor med utpräglad långdistanskaraktär :-)

Stämplingsystem

Sportident, hyrbrickor finns

Service

Ingen Markenteri med väl sorterad utbud, ingen Sportförsäljning, inga varma duschar i anslutning till arenan (våtklut alltså), ingen dricksvatten

Overnattnig

Med tält på TC:n. Alternativt Vandrarhemmet vid Bodesunds slott. 2km gångavstånd från TC:n. Buss 18:40 från Ellboda på lördag och buss 9:00 från Bogesunds slott på söndag

Arrangörer

Martin Lerjen 072 704 21 13, mlerjen@ubol.ch

Christian Rohner

Mattias Ågren