



Medeldistansträning i Halseboda

Lördagen den 30 november

- Deltagare:** Träningen är öppen för alla träningsugna i Östergötland.
- Samling:** Samling längs Hällestadsvägen förbi Grytsjön, norr om Ljungsbro. Se Eventor för vägbeskrivning.
- Parkering:** Parkering längs vägarna vid T-korsningen vid Ämten där vägen från Halseboda kommer ut. Försök att samåka så gott det går. Det finns ett antal fickor där det går att stå men parkera förnuftigt så bilar kan passera
- Anmälan:** På Eventor senast torsdagen den 28 november kl 17:59.
- Banor:** 4 olika banor. 3.0 km (blå), 4.3 km (svart) och 5.9 km (svart).
2.5 km orange med blåa inslag.
Som bonus till 5.9 finns en extra slinga på 2.2 km där tanken är att man ska ta ett annat vägval än tidigare på långsträckan för att kunna jämföra.
- Karta:** Skala 1:7 500 för samtliga banor på grund av detaljrikiedom på vissa sluttningar.
- Start:** Start mellan 9.45 och 11.30.

Välkomna!