Östersunds OK Inbjuder till Park-Orientering 2-2013 Torsdag 18 april Valla Skola Frösön. Start 17:30 – 19:00

Sprint-Träningstävling i park o stadsmiljö
Motion Öppna banor Valfri bana
Se ÖOK´s hemsida www.ostersundsok.se

A	H21 ÖM7		3,5 km
B	H20 D21 H40 ÖM6		3,0
C	H50 D20 H16 D40 ÖM5		2,5
D	H60 D50 D16 ÖM4		2,0
E	D60 H70 H14 D14 ÖM3		1,5
F	D70 H80 D80 H12 D12 ÖM2		1,0
G	H10 D10 ÖM1 INSK	Lätt bana	1.0
Knatte: Miniknat			0,6

Anmälan: Direkt på plats eller via Eventor.
Ta med jämna pengar.

Snabbkö för föranmälda. Se ÖOK´s hemsida
www.ostersundsok.se

Stämpling: EMIT (elektroniskt stämplingssystem).

Enklare servering. Dricka, bullar m.m

Avgift.	Vuxna	50:-	ÖOK Vuxna	40:-
	Ungdom	20:-	ÖOK Ungdom	Gratis
	Brickhyra	20:-		
	Miniknat	10:	Festis ingår i avg.	

En enkel bana för dom yngsta

Priser: Utlottning bland dom som deltagit minst 3 g.g.r

Upplysningar Torgny Pettersson 070-3729568
L-E Gahlin 070-3507352

Alla Välkomna