# [FOLs logga](http://www.frolundaol.se/index.html)

### Frölunda OL inbjuder till första etappen av Vintercupen 2015 söndag den 11 januari.

Vintercupen är ett samarbete mellan FK Herkules, Frölunda OL, Göteborgs Skidklubb, IK Uven och Mölndal Outdoor IF.

**Plats:** . [Ruddalens motionscentral](http://www.hitta.se/karta/?s=3edf5c6c)

**Parkering**: kommunal, avgift erlägges i automat. Det kan vara ont om P-platser pga. andra arrangemang.

**Kollektivtrafik:** Spårvagn, hållplats Musikvägen, 800 m.  
**Avgift:** Gratis för FOLs, Skidklubbens, Herkules, Uvens och Mölndal Outdoors medlemmar, 50 kr kontant på plats för deltagare från andra klubbar.

**Anmälan** via [Eventor](http://eventor.orientering.se/Events/Show/11385) (ger förtur till kartor med inritad bana) senast fredag den 9 januari, eller på plats 11 januari 9.30-11.00.  
**Start:** 10:00 - 11:00  
**Banor med preliminära längder:** Röd/svart lång 6,8 km (ÖM9)  
 Röd/svart mellan 5,0 km (ÖM8)  
 Röd/svart kort  3,6 km (ÖM7)  
 Orange 3,6 km (ÖM5)  
 Vit/Gul 2,5 km (ÖM3)  
Området är stigrikt, kuperingen mestadels måttlig, framkomlighet och sikt huvudsakligen god till mycket god.

**Karta**: Ruddalen, Christer Karlsson 2013. Skala 1:7500 för alla.  
**Tidtagning** (start, mål och några kontroller) kommer att ske med Sportident.  
**Dusch och omklädning** i Ruddalens motionscentral från 9.30.

Det finns tyvärr inte längre någon servering i motionscentralen.

Välkomna!