



GAMLEBY OK

inbjuder till

Ungdomsserien torsdag 7 maj 2015

Klasser:

Ungdomsserien:

INSK, D10, H10, D12, H12, D14, H14, HD16

Träningsbanor:

Nyborjare (HD10 svårighetsgrad) c:a 1,5 km

Kort (HD12 svårighetsgrad) c:a 2 km

Mellan (HD14 svårighetsgrad) c:a 3 km

Lång c:a 4,5 km

Alla banorna är av medeldistanskaraktär

Anmälan:

Via Eventor eller mail till lapserum@telia.com senast tisdagen den 5 maj kl. 22.00.

Det går även att anmäla sig på plats om man vill springa träningsbanorna.

Ange via mail vilka som har skuggning. Det går givetvis också bra att välja öppen bana om man inte vill springa sin egen åldersklass.

Stämpelsystem:

Sportident.

Samling:

Lapserum, vägvisning: röd skärm väg 35 mellan Gamleby och Överum

Start:

Första start i ungdomsserien kl. 18.00.

För träningsbanorna är det start mellan 17.30-18.30.

Avstånd till start 1000 m.

Karta:

Lapserumsbladet, nyritad karta, skala 1:7 500 för alla.

Stängsel förekommer och får passeras. Ingen el är påkopplad.

P.g.a. få stigar och vägar utgörs ledstänger främst av fältkanter.

Dusch:

Finns ej.

Upplysningar:

Lena och Ingemar Persson 0493-66041

Välkomna!