

PM motionsorientering, Lerums SOK, våren 2016

Datum: Onsdagarna 20/4, 27/4, 4/5, 11/5 och 18/5.
Plats: Riddarstens motionsspår, Lerum, Riddarstensvägen 1.
Starttid: 17:30 – 18:45
Pris: Vuxen 50 kr. Ungdomar t.o.m. 16 år 30 kr

Anmälan: Vid samlingsplatsen, ingen föränmälan.
Stämpelsystem: Sport-Ident. Bricka lånas ut.

Banor, 5 alternativ:

Bana 1, ÖM1, nybörjare, vit svårighetsgrad, längd ca 2,0 km
Bana 2, ÖM2, nybörjare vit svårighetsgrad, längd ca 4 km
Bana 3, ÖM5, medelsvår, orange svårighetsgrad, längd ca 4 km
Bana 4, ÖM8, svår, svart svårighetsgrad, längd ca 4 km

Bana 5, LÅNGSKUBBET, lätt, längd ca 8 km

Upplysningar: Stefan Jansson, tel 076-8310132, tunnbindarn@hotmail.com

Välkomna !!

