

PM ÖPPEN MOTION TRAIL OCH HITTAUT

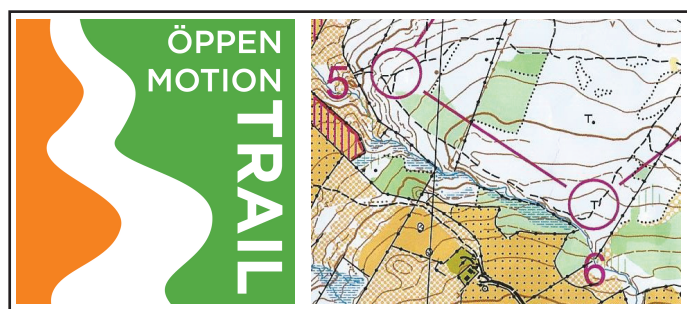
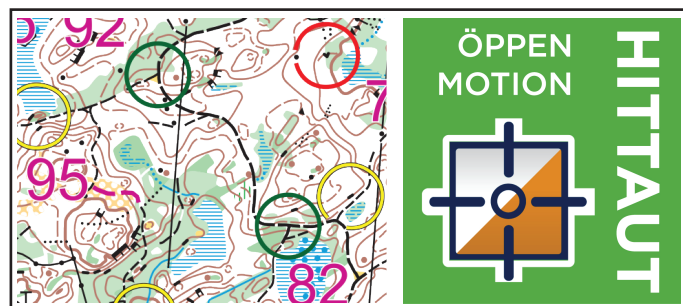
Lördagen den 30 april 2016



I samband med att Lidköpings VSK arrangerar orienteringstävlingen öppet Skaraborgsmästerskap erbjuds även motionsbanorna Trail och Hitta Ut.

ÖPPEN MOTION HITTAUT

Den som deltar i Öppen Motion hittaut får en karta med 20-40 kontroller med olika svårighet. De olika svårighetsgraderna på kontrollerna är markerade med olika färger på kontrollringen, grön för de lättaste och sedan med stigande svårighet gul, röd och svart. Uppgiften är att under en viss tid ta valfritt antal kontroller och sedan återkomma till arenan och registrera att man är klar. Ingen tidspress, inga prestationskrav, bara orientering i din egen takt efter din egna förmåga och ambition.



ÖPPEN MOTION TRAIL

Öppen motion Trail är en orienteringsbana med enkel orientering men med längre löpning. Kontrollerna sitter nära tydliga leder vid tydliga kontrollpunkter. Det finns en lång eller kort variant att välja mellan. Trail är den perfekta orienteringsbanan för dig som vill ha enkel orientering med fokus på fin löpning.

PLATS

Djurgården Kålland ca 13 km norr om Lidköping. Vägvisning från Läckövägen (väg mot Läckö Slott).

PARKERING

P-Arenan max 2000 m. Stor skillnad på avstånd mellan olika parkeringsytor. Bra cykelväg mellan parkering och arenan.

ANMÄLAN

Vid sekretariatet mellan 09.00-11:00. Vuxen 130 kr, ungdom 70 kr. Hyrbricka finns för 25 kr, återlämnas vid målgång. Ej återlämnad hyrbricka debiteras med 500 kr.

TÄVLINGSVÄRD

Tävlingsvärd finns vid arenan, sekretariatet och starten som kan hjälpa till att komma igång.

START

Avstånd Arenan-Start 1200 m Orange/Vit snitsel. Fri starttid mellan 09:30-11:30. Startstämpling.

MÅLGÅNG

Viktigt att utstämpling sker i målet efter avslutad runda. Samtliga deltagare skall vara tillbaka kl 14:00.

SERVICE

På arenan finns dusch, toaletter, servering, barnpassning, sportförsäljning och första hjälpen.

VIDARE INFORMATION FINNS I PM ÖPPET SKARABORGSMÄSTERSKAPET LÅNG