



Inbjudan

Norrcupen 160531, lång

Norrcupen är en serie motionsorienteringar som arrangeras av Hudiksvalls OK, Forsa OK, OK Dellen och Ljusdals OK. I 2016 års Norrcupen ingår 16 deltävlingar där den sista avgörs med masstart.

Forsa OK inbjuder till den **nionde deltävlingen** i Norrcupen 2016.

Distans: Lång

Start: OBS! Jaktstart, första start 18:00. Startlistor kommer att publiceras på Eventor senast 160530.

Samling/Parkering: Skjutbanan mellan Nansta och Ofärne. Följ skyltning från avfart mot Näsviken på 84:an.

Stämplingssystem: SportIdent. Pinnar finns att låna.

Anmälan: Direkt på plats eller i förväg via Eventor.

Terräng: Härlig hälsingeterräng med måttlig kupering. Till stor del god löpbarhet med många fina hållar att följa.

Kontakt: Amy Rankka, 070-8305289, Johan Nyman, 073-4036547

För vem? Tävlingen är öppen för alla oavsett ålder och klubbtilhörighet. Även nybörjare och klubblösa hälsas varmt välkomna! På Norrcupen finns banor för alla – du kan välja olika svårighetsgrad från gång till gång men ditt slutresultat räknas bara i en klass.

Banor som finns att välja på (generellt för alla Norrcuper):

Bana	Sprint (gul karaktär)	Medel	Lång	Färg
ÖM 9	12-15 min	4,5	6–7	blå/svart
ÖM 8	12-15 min	3,5	4–5	blå
ÖM 7	12-15 min	2,5	3	blå
ÖM 5	12-15 min	3	3–4	orange
ÖM 3	12-15 min	2,5	2,5–3	gul
ÖM 1	12-15 min	2(knappt)	2–2,5	vit

Vad de olika färgerna betyder kan du läsa om här:

<http://www.svenskorientering.se/Tranatavla/Klasserbanlangderochnivaer/>

Resultat publiceras på: <https://eventor.orientering.se/Events/Show/15020>

Följ Norrcupen på Facebook: <http://www.facebook.com/norrcupen>

Välkomna önskar Forsa OK!