



# Inbjudan

## Norrcupen 160816, medel

Norrcupen är en serie motionsorienteringar som arrangeras av Hudiksvalls OK, Forsa OK, OK Dellen och Ljusdals OK.

**Distans:** Medel

**Start:** mellan kl 17:30-18:30

**Samling/parkering:** Lintjärn i Hög. Vägvisning från Bergsjövägen norr om Hudiksvall.

**Stämplingssystem:** SportIdent (pinnar finns att låna)

**Anmälan:** direkt på plats, eller i förväg via Eventor.

**Mer info:** Markus Hellström och Jonas Gustavsson, banläggare

**Vägvisning, resultat mm:** <https://eventor.orientering.se/Events/Show/15021>

**För vem?** Tävlingen är öppna för alla, oavsett ålder och klubbtilhörighet. Även nybörjare och klublösa 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 här:

<http://www.orientering.se/Grenar/Orienteringsloppning/Tranatavla/Klasserbanlangderochnivaer/>

### Resultat publiceras på:

[www.forsaok.se](http://www.forsaok.se) och på [www.eventor.orientering.se](http://www.eventor.orientering.se) (sök på Norrcupen eller välj att inkludera Närtävlingar i tävlingsprogrammet)

**Följ Norrcupen på facebook:** [www.facebook.com/norrcupen](http://www.facebook.com/norrcupen)

**Välkomna!**