

OL-NV Nattcup 1 PM

2016-11-08

Anmälan: Via Eventor senast kl. 10.00 träningsdagen "inkludera närtävlingar".

Parkering: Vedby strövområde. Se kartlänk: <http://kartor.eniro.se/m/gJ71v>

Start: Samling kl. 18.00. Gemensamstart kl. 18.15. 250m från parkeringen till start.

Karta: Vedby strövområde. Skala 1:10 000. Ekv: 2,5 m.

Terräng: Mestadels öppen och snabblöpt barrskog med en hel del stigar och vägar.

Kontroller: Stativ med enhet + reflex. Glöm inte SI-pinne!

Kartbyte: Långa och mellan banan har kartbyte. Vänd på kartan och börja nästa del!

Spridningsmetoder: Förekommer på mellan och långa banan.

Analys: Glöm inte lägga upp dina vägval på "Livelox" och jämföra med andra.

Banor:

Orange-violett nivå:

Långa – 7,8 km

Mellan – 5,7 km

Korta – 3,5 km

Gul nivå:

Lätta – 2,7 km

Resultat: Publiceras på Eventor efter träningen. Här uppdateras även poängen för totalställningen.

Avgift: För dig som inte tillhör någon av de samarbetande OL-NV klubbarna FK Boken, Helsingborgs SOK, Hjärnarps GHOL, OK Kompassen och Örkejljunga FK så kostar det: Löpare under 20 år från övriga klubbar: 65 kr per träning. Löpare över 20 år från övriga klubbar: 100 kr per träning. Avgiften faktureras i efterhand.

Fredrik Nilsson fn.rya@telia.com , 0705109654. Välkommen och lycka till!

