**Inbjudan till deltävling 4 i Nordcupen 26/11 2016**

**Arena:** Järfälla OK:s klubbstuga Granskog,

**Vägvisning:** vägvisning från Enköpingsvägen i Järfälla. Från E18 sväng antingen av vid avfart Trafikplats Jakobsberg eller avfart Trafikplats Kallhäll och åk sedan in på Enköpingsvägen som går parallellt med E18. Åk söderut på Enköpingsvägen om ni svänger av vid Kallhäll eller norrut om ni svänger av vid Jakobsberg"

**Parkering:** Vi uppmanar till att man reser till kollektivt! busshållplats Berghem och östra polhem båda ca 1000m från arenan.

Parkering finns ca 200 m till 2,5 km från arenan.

**Klasser:**

D10, D12, D14, D16, D12K, D14K och D16K

H10, H12, H14, H16, H12K, H14K och H16K

U1 , U2

**Tävlingsform:** Medeldistans

**Stämplingssystem:** Sportident . Klubbarna tillhandahåller brickor till sina egna löpare.

**Start:** Ca 800m . U1, U2 har fri starttid och startstämpling mellan kl 10.00 och 11.00. Övriga klasser lottad start från kl 10.00.

**Karta och Terräng:** karta i skala 1:10000 4 m ekvidistans. Terrängen är mestadels snabblöpt och kuperingen är svag till måttlig.

**Service:** Liten marka men med härliga hamburgare. Dusch inomhus.

**Tävlingsledare:** Jefta Langerak

**Banläggare:** Benjamin Langerak

**Välkomna önskar Järfälla OK**