



Frölunda OL inbjuder till femte etappen av Vintercupen 2017 söndag den 5 februari.

Vintercupen är ett samarbete mellan FK Herkules, Frölunda OL, Göteborgs Skidklubb, IK Uven och Mölndal Outdoor IF.

Plats: [Ruddalens motionscentral](#)

Parkering: kommunal, avgift erlägges i automat. Det kan vara ont om P-platser pga. andra arrangemang.

Kollektivtrafik: Spårvagn, hållplats Musikvägen, 800 m.

Avgift: Gratis för FOLs, Skidklubbens, Herkules, Uvens och Mölndal Outdoors medlemmar, 50 kr kontant på plats för deltagare från andra klubbar.

Anmälan via [Eventor](#) (ger förtur till kartor med inritad bana) senast lördag den 4 februari, eller på plats 5 februari 9.30-11.00.

Start: 10:00 - 11:00

Banor med preliminära längder:	Röd/svart lång 6,8 km (ÖM9)
	Röd/svart mellan 4,7 km (ÖM8)
	Röd/svart kort 3,6 km (ÖM7)
	Orange 3,6 km (ÖM2)
	Vit/Gul 2,3 km (ÖM1)

Området är stigrikt, kuperingen mestadels måttlig, framkomlighet och sikt huvudsakligen god till mycket god.

Karta: Ruddalen, Christer Karlsson 2013. Skala 1:7500 för alla.

Tidtagning (start, mål och de flesta kontrollerna) kommer att ske med Sportident.

Dusch och omklädning i Ruddalens motionscentral från 9.30.

Välkomna!