



Inbjudan

Norrcupen 170411, medel

Forsa OK inbjuder till **deltävling** i Norrcupen 2017.

Norrcupen är en serie motionsorienteringar som arrangeras av Hudiksvalls OK, Forsa OK, OK Dellen och Ljusdals OK. I 2015 års vårcup ingår 10 deltävlingar.

Distans: Medel

Start: mellan kl 18:00-19:00

Samling/parkering: Lintjärn.

Stämplingssystem: SportIdent (pinnar finns att låna)

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

Mer info om deltävlingen: Sven Bergström, 070-3439495, sveniforsa@hotmail.com

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 här:

<http://www.svenskorientering.se/Grenar/Orienteringslopning/Tranatavla/Klasserbanlangderochnivael/>

Resultat publiceras på:

eventor.orientering.se/Events (sök på Norrcupen eller välj att inkludera Närtävlingar i tävlingsprogrammet)

Följ Norrcupen på facebook: www.facebook.com/norrcupen

Välkomna!