

PM

SAKO-träning 17-06-27 OK Flundrehof



TC: Klubbstugan (Rödjan) i Sjuntorp

Fri starttid: från kl 17:30 (Ingen föranmäla) endast direktanmälan på plats

Parkering: vid TC.

Banor: Lätt 2 km (HD10), Kort 3 km (HD14), Mellan 4 km och Lång 6 km. Korta och lätta har start och mål vid Rödjan. Mellan och långa har start och mål vid Alsjövägen, c:a 1000m från Rödjan. Långa banan är gafflad enl. Ulltunamodellen.

SportIdent används

LiveloX ladda era GPS-enheter

Skala: Lätt & Kort 1:5 000 Mellan & Lång 1:7 500

Terräng: Vid Rödjan lätt kuperad skogsterräng med många stigar-vägar. Mellan och Långa har måttligt kuperad skogsterräng. Stora delar har fin gammelskog. Långa banan passerar tyvärr ett gallringsområde.

Dusch/Ombyte i klubbstugan

OK Flundrehof hälsar alla välkomna och önskar lycka till!