

Väsby OK – KM Ultralångdistans – söndagen 2017-11-26

- Samling:** Ängsjö friluftsgård vid stugan "Gunnarstorp" där väskor m.m. förvaras.
- Start!** Gemensam kl. 10.00
- Ombyte/dusch:** Efter loppet får Du en kod för inloggning till duschanläggningen.
- Ängsjö café:** Kommer att vara öppet.
- Banläggare:** Anders och Hans Enström
- Kontroller:** Skärm och SI-enhet med kodsiffror.
Lös kontrollbeskrivningar finns.
- MLC/MMC:** Ingår som första deltävling 2017/2018. Alla deltagare får tillgodoräkna sig den längsta banlängd som någon i VOK springer.

Klasser / banlängder:

Klass	Herrar, km	Damer, km
HD 21-34	14,4	11,2
HD35-49 , HD17-20	11,2	8,8
HD50-64 , HD15-16	8,8	5,2
HD65-79 , HD13-14	5,2 röd	3,7 orange
HD80-	3,7 orange	3,7 orange
HD12	3,5 gul	3,5 gul
ÖM3	3,7 orange	3,7 orange
ÖM7	5,2 röd	5,2 röd

Om Du inte vill delta i KM-klasserna. Anmäl dig i ÖM-klass.

I ÖM-klass deltar du oavsett ålder och du kan springa tillsammans eller med skugga.

Klasser och banlängder kan ändras beroende av hur många anmälningar i respektive klass.

Anmälan: Senast fredag 24:e november 2017.

På eventor (klubbtävlingar). **OBSERVERA!** Klassval med V bakom.

Eller till Bengt Eriksson mobil/sms 070 214 72 15