

Nattcupen 7 november 2017, PM

Välkomna till första etappen av Nattcupen 2017!

Samling: Lunds OKs klubbstuga Stallet vid Dalbybadet, Lögarevägen i Dalby. Gå förbi tennisbanorna och sväng runt huset så kommer du rätt.

Vägvisning: Följ skylt mot bad från Sandbyvägen i norra Dalby.

Banor: Lång 10.2 km, Mellan 7.0 km, Kort 4.0, Lätt 3.1 km (lätt bana har vitgul svårighetsgrad). Banläggare Daniel Hellberg.

Start: Valfri start mellan kl 18.00-19.00. Starten är på samlingsplatsen.

Föranmälda registrerar sig i sekretariatet före start.

Anmälan: Föranmälan helst via Eventor senast kl 20.00 söndag 5 november (klubbtävling). Alternativt direkt till Eva-Lotta via tel/sms 070-285 07 30 eller epost info@lundsok.se. Ange namn, klubb, SI-nummer och vilken bana du vill springa.

Direktanmälan: På Dalbybadet på träningsdagen så länge det finns kartor kvar. Några extra kartor av varje bana finns med till direktanmälan, men föranmälan = garanterad karta.

Avgift: Kostar 30 kr för icke-LOKare. LOKare gratis. Betalas före start, ingen fakturering. Kontant jämna pengar eller Swish till Lunds OK 123 303 67 87. Vid Swish ange meddelande "Nattcup".

Karta: Skrylle skala 1:10 000. Korta banan kan fås i skala 1:7500 för äldre deltagare. Kartan delas ut i startögonblicket.

Kontroller: Reflexstav och SI-enhet.

Utrustning: SI-pinne och pannlampa. SI-pinnar finns att låna.

Ombyte: Omklädning, dusch och bastu på Dalbybadet.

OBS1. Banorna passerar några fårhagar. Använd markerade genomgångar för att passera in/ut ur hagarna. Ni får inte klättra på staketet.

OBS2. Avverkning och gallring pågår i Skrylleskogen. Kartan är uppdaterad med det som upptäckts under förra veckan. Fler nya gallringar/avverkningar kan finnas som inte reviderats på kartan.

Efter denna nattcup har Lunds OK medlemsmöte ca kl 20.00. Vill du vara med på mötet så starta i god tid.

Välkomna! hälsar Eva-Lotta, Daniel och Tor

Samåkning från Lund Maxlab (Ole Römers väg 1) förslag kl 17.30.

Läs/skriv om samåkning på Lunds OKs sida på [Facebook](#).