



PM

Vintercup etapp 3

- Datum** Söndag 21/1 2018.
- Parkering** Vid Herkulesgården, samåk gärna.
- Samling** Herkulesgården, Mölndal.
- Start** 10.00- 11.00. Fri start. Startstämpling. Inget avstånd.
- Tidtagning** Sportident vid start, mål och samtliga kontroller.
- Kontroller** Stora skärmar.
- Terräng** Lättlöpt skog med måttlig kupering och mycket stigar. Mindre trafikerade vägar förekommer på de längre banorna, ta det försiktigt! Staket förekommer och får passeras.
- Klasser**
- | | | |
|-----|--------|------------------------|
| ÖM3 | 3,0 km | gul bana/ lätt |
| ÖM5 | 3,5 km | orange bana/ medelsvår |
| ÖM7 | 3,5 km | svart bana/ svår |
| ÖM8 | 4,3 km | svart bana/ svår |
| ÖM9 | 7,0 km | svart bana/ svår |
- Anmälan** Det går bra att anmäla sig på plats, men vi uppskattar starkt föransmälan via Eventor.
- Kostnad** Gratis för medlemmar i Frölunda OL, FK Herkules, IK Uven, Mölndal Outdoor IF och Göteborgs Skidklubb. Löpare från andra klubbar betalar 50 kr/st på plats, med swish eller plusgiro.
- Service** Omklädning, dusch och bastu samt lättare servering.
- Kontakt** Arvid Hammar sven.arvid.hammar@gmail.com



Välkommen!