



Sprintträning 2018-04-25

Sprintträning IFK Linköping

Samling: Nya parkeringen vid Folkungavallen. OBS, parkeringsautomat.

Start: Fri start mellan 18:00-18:30. SportIdent. Lånebrickor finns.

Anmälan: Via Eventor fram till och med tisdag. Några få kartor finns för spontandeltagande.

Karta: LOKs karta över Trädgårdsföreningen. Sprintnorm. Skala 1:4000, 2m ekvidistans. Kartan saknar en del av de senaste årens nybyggen, men det ska inte påverka framkomlighet eller banan.

Bana: 2,7 km.

Terräng: Banan går på blandat underlag, skog, vägar och gräsmattor.

Trafik: Observera att det är förbjudet att springa på eller över Lasarettsgatan resp. St. Larsgatan. Respektera övriga trafikanter och andra aktiviteter i Trädgårdsföreningen.

Sprint: Sprintregler gäller. Läs gärna på innan träningen.