



OK Älvsjö Örby Inbjuder till Motionsorientering i Långbroparken

Tid: Måndagen 21 maj. Anmälan och fri start 18.00 - 19.00.
Målet stänger 20.00.

Plats: Långbroparken utanför Långbrobadet. Kartlänk: Klicka [här](#).

Hitta hit: Tunnelbana till Fruängen 1,2 km gångavstånd alt. Buss 166 som stannar utanför hallen. OBS begränsat med P-platser i Långbroparken.

Banor:

Denna gång är det sk. Sprintorientering med kortare banor i huvudsak bebyggt område. Här kan du läsa om vad som gäller vid sprintorientering – [Särskilda regler och tecken vid sprintorientering](#).

- Bana A – 2,6 km (delvis i skog)
- Bana B – 2,0 km
- Bana C – 1,8 km

Karta: Skala 1:5 000 (1 cm på kartan motsvarar 50 m i verkligheten).

Får man hjälp? Ja visst, vi kommer ha instruktörer som hjälper till och svarar på frågor.

Hur går det till? Vi använder elektronisk kontrollstämpling och tidtagning med s.k. SI-pinne som finns till utlåning.

Kostnad: Vuxen 80 kr
Ungdom (under 16 år) 60 kr



motionsorientering.se

motionsorientering.se

motionsorientering.se



motionsorientering.se



motionsorientering.se



motionsorientering.se



motionsorientering.se