



Lövmarknadsnatta är natt-träningen med lång tradition på en av årets kortaste nätter.
Gemensam start, svettigt, roligt och ett måste för natt-räven inför Tjoget.

Samling: Karlskrona SOK klubbstuga Bastasjöstugan

Datum: **Torsdag den 21 juni**

Klockan: **Start cirka 21.30, samling 21.10**

Stämplingssystem: SportIdent (lånebrickor finns)
Kontrollangivelse tryckt på kartan (inga lösa lappar)

3 banor:

- Elit 5 km
- Motion 3-4 km
- Testa på nattorientering 1,5-2 km
(ficklampa fungerar bra)

Helst föransmälan via Eventor.
Några kartor finns även för direktanmälan.

Välkomna!

Jan Helmersson / Gunnel Hansson - 0455-308248, jan.helmersson@lm.se



KARLSKRONA SOK