

Kretsträning östra kretsen torsdag 28 juni

Välkomna till kretsträning i Rånna. Träningen är öppen för alla.

Samling: Rånnavägen, tredje parkeringen från infarten från skövdehålet. Skärm vid korsningen Karstorpsvägen – Rånnavägen.

Anmälan: Via eventor senast onsdag 20 juni. Anmälan på plats i mån av kartor.

Avgift: 40kr, faktureras klubbarna.

Stämpling: Sportident

Karta: Rånna, använd vid Hagenvåren 2018.

Terräng: Typisk Rånnaterräng.

Start: Start mellan 17.00 och 18.30. Individuell start med startstämpling. Vid målet finns startlista där en kan välja sin starttid. Avstånd till start ca 450m

Banor:

Bana 1: 8km, svart svårighetsgrad

Bana 2: 5km, svart svårighetsgrad

Bana 3: 3km, svart svårighetsgrad

Bana 4: 3km, orange svårighetsgrad

Bana 5: 2,5km gul svårighetsgrad

Bana 6: 2km vit svårighetsgrad

