



PM teknikträning lördagen den 19/1

Samling kl 10:00 vid väg norr om E4 vid infart mot Valslund 1km efter Jönåker gamla E4 följ
Orienterings skärmar.

Det finns fyra banalternativ.

Kort Orange 3km

Kort Svår ca 3,5km

Mellan ca 5km

Lång ca 7,5km

Ta med sportident.

Välkomna