

Inbjudan/PM

Natt-cupen

28/2 2019!



Samling: Västra Marks idrottsplats, omklädningsrummen västra sidan om idrottsplatsen. Dusch och bastu finns.

Gemensam start kl.18.15

Banor

Gul 2.3 km 1:10000

Orange 3.8 km 1:7500

Svart mellan 5.9 km 1:10000

Svart lång 10.4 km 1:10000

Terräng: Skog och asfalt

lakttag stor försiktighet när ni är ute och springer i trafiken.

Målstämpling med SPI!

Reflexstavar/skärmar vid kontrollerna

Tänk på att tomtmark är förbjudet område.

Kryssa för ditt namn på listan så vi vet att du startat!

Lycka till !