

# SM Sport Vintercup #3 – långdistans 23/2 2019



# SM SPORT

ORIENTERING

Extra information om banor (19-02-2019)

## Banlängder

### Lång – 10,6 km – 21 kontroller

*Långdistanskaraktär med stor variation i kupering. Inledningen blir flackare stråkorientering, medan mittenpartiet kräver mer fysik och tekniska krav på diffus sluttningsorientering. Kartvändning vid kontroll 11 (på baksidan fortsätter banan från kontroll 11-12 o s v). Slutet blir flackare, så orka tempoväxla, men inget slarv på sista kontrollerna...*

### Mellan – 8,4km – 17 kontroller

*Samma som för bana "Lång". Kartvändning sker vid kontroll 7 (på baksidan fortsätter banan från kontroll 7-8 o s v).*

### Kort – 4,3 km – 12 kontroller

*En bana av lite mer medeldistanskaraktär i relativt flack terräng. Utmaningarna blir att våga vara offensiv under sträckorna och hitta de snabba stråken utan att tappa riktningen. Och tempoväxling in mot kontrollerna... Ingen kartvändning.*

