



Tolereds AIK PM för skogssprintträning med SIAC

RAMBERGET 26 mars

Banlängder	Svart 3,1 km Orange 2,4 km Gul 2,0 km
Arena	Uppfarten till Ramberget (Panoramavägen) från Brämaregården.
Parkering	Lundbybadet / Bravida Arena kommunal parkering alt. i bostadsområdet.
Cykla	Går alldeles utmärkt, parkering vid arenan.
Kollektivtrafik	Buss 31 till Lantmannagatan alt. Buss / Spårvagn till Wieselgrensplatsen
Karta	Ramberget / Keillers Park ritad 2017 av Maths Carlsson, GKR-karta
Terräng	Kuperat stigrigt parkområde med mestadels god till mycket god framkomlighet, se upp för hala stenhällar och trappor vid blött underlag. Svart bana har mycket kupering.
Start	Startstämpling fri startid, Första start ca 18:00. Start vid arena. Lämna gärna minst 30 sekunder till förutvarande löpare på samma bana för en bra individuell träning.
Kontrolldefinition	Lösa kontrolldefinitioner finns.
Stämplingssystem	SportIdent SIAC touch-free. Hyra av bricka 20 kr. Betalas på plats SWISH 0725-686828 eller kontant. Hyrd bricka återlämnas omedelbart efter utläsning. Tilldelat bricknummer ses under Tävlingskalendern (klubbtävling) i Eventor, bricka fås vid ankomst till Arena. Test av SIAC bricka före start, instruktioner på plats.
Resultat	Publiceras på Eventor som klubbtävling (går ej lägga in som klubbträning)
Livelox	Banorna publiceras på Livelox efter träningen

Välkomna till Ramberget för en utmanande sprintorientering