



HELSINGBORGS

SKID- OCH ORIENTERINGSKLUBB



PM Tjoget-träning Torsdagen den 6 juni 2019

Välkomna till en träningsrunda på Hallandsåsen som HSOK arrangerar med fokus på Tjoget.

Vi erbjuder 5-6 banor i de nivåer och ungefärliga distanser som kommer att förekomma.

Samlingsplatsen med start och mål ligger i Våxtorp, ca 1 km in på Snoggarpsvägen från Rössjöholmsvägen, (N56.339119, E13.096710).

Vägvisning med OL-skärm vid infarten från Rössjöholmsvägen. Det är ingen markerad perkering, utan ni får parkera där det finns plats. Respektera Mötesplatserna. Samåkning rekommenderas.

Anmäl er enligt ordinarie OLVN metod genom att skriva upp er på blocket när ni kommer.

Banorna som erbjuds är Vit (ca 2km), Gul (ca 3,5km), Orange (ca 4,1km), samt två Blå banor (Blå 1 = ca 3,7km samt Blå 2 = 6,5km). Man kan dessutom välja att springa båda Blå banorna för att få en längre sträcka (Blå 12). De har till största delen olika sträckningar. Ni får själva välja i vilken ordning ni springer banorna i Blå 12.

Kontrollerna är markerade med vita pappersband. På vissa kontroller kan kodsiffran vara antecknad, speciellt för de lättare nivåerna. Beröring gäller som stämpling.

Start kl 11:00 med en gemensam start för de som önskar. De som vill starta individuellt väljer själv starttid därefter.

Vänligen notera att ni är i mål i blocket.

Nödnummer Hans Birgander 0733-169640

Givetvis kommer banorna att finnas i Livelox så ni kan ladda upp och studera ert vägval.

Med önskan om en trevlig runda på Hallandsåsen

Hans Birgander, Helsingborgs SOK.