

VECKOTUREN 3-dagars 2019

Dessa träningstävlingar är ett samarrangemang mellan Gävle OK och Valbo AIF

Banor:

A	ca. 6-7,5 km svår	Nivå svart/blå	
B	ca. 4,5-6 km svår	Nivå svart/blå	
C	ca. 3-4,5 km svår	Nivå blå	
D	ca. 2-3 km lätt	Nivå gul/vit	
E	ca. 4-5,5 km medel/lätt	Nivå gul/vit	(motion)

Anmälan: På plats varje dag

Avgift: 40kr/dag för alla över 16år

Betalning: Kontant eller Swish på plats

Ta gärna med egen plastficka till kartan

Stämplingssystem: Sportident. (SI-pinne finns att låna för den som inte har en egen).

Resultat och kartor kommer att finnas i Eventor / Livelox.

Veckoturen är enkla arrangemang där det vanligen inte finns tillgång till toaletter eller andra bekvämligheter.

Dag1 Tisdag 2 Juli och Dag 3 Torsdag 4 Juli

Arrangör: Gävle OK

Terrängbeskrivning: Måttlig kuperad detaljrik kustnära terräng med några branta berg. God sikt. Mycket varierande löpbarhet i terrängen. Rikliga möjligheter till vägval på vägar och stigar i områden med besvärliga terrängförhållanden.

Samling: Eskön (vägvisning från f.d. affären/ kaféet). Väg till Eskön utgår från gamla E4 mellan Björke och Trödje ca 15 km norr om centrala Gävle. Därifrån 7 km till Eskön.

Parkering: Inom ca 500 m från TC.

Start från-till: 17.00-18.30

Kontaktperson: Ingemar Gillgren 076-1451666

Dag 2

Onsdag 3 Juli

Arrangör: Valbo AIF

Terrängbeskrivning: Detaljrik småkuperad skogsterräng med inslag av stigar och vägar. Delvis stembunden.

Samling: Hagaströms IP

Parkering: ca 500 meter från TC

Start från-till: 17.00-18.30

Kontaktperson: Tobias Stenälvs 070-621 80 66

Välkomna!