

## Väsby OK - KM Medeldistans

Torsdag 2019-08-22

- Samling:** Arena vid vindskyddet mellan Nyby och Fornboda, Törnaskogen. GPS-koordinater:WGS84 DD (Lat, Long), 59,47493, 17,97006.
- Parkering:** Skärm vid infart ifrån Frestavägen, mellan Hagby och Upplands Väsby, mot Emmylund och Sköldnora. P efter 400 meter, Se separat beskrivning/karta.
- Banläggare:** Stellan Fernström, Enebybergs IF
- Start:** I anslutning till Arenan.  
150 meter till Startpunkten.  
Fri start mellan kl.17.30 – 18.30
- Kontroller:** Skärm och SportIdent med kodsiffra. Utstämpling vid vindskyddet.
- Karta:** Skala 1:7500  
Stigarna som berör bana 1 o 2 är delvis förtydligade med vit snitsel.
- Omklädnad:** I anslutning till Arenan. Våtklut gäller som "dusch".

### Klasser/banlängder ca:

Bana	Klasser	Banlängd
6	H20,H21,H35,H40	4,5 km (blå/svart)
5	H18,H45,H50,H55,D21,D35,D40,D20	3,5 km (blå/svart)
4	H60,D45,D50,D55,D18	3,1 km (blå/svart)
3	HD16,D60,HD65,HD70,HD75-	2,5 km (blå/svart)
2	HD12,HD14,ÖM3	2,2 km (vit/gul)
1	HD10, U1	1,9 km (grön)

Om du inte vill delta i KM-klasserna, anmäl dig till ÖM-klass.  
I ÖM-klass deltar du oavsett ålder och du kan man springa tillsammans eller med skugga.

Klasser och banlängder kan ändras beroende av hur många anmälningar i respektive klass.

**Anmälan: Senast söndag den 18 augusti kl. 21.00**

**På Eventor (klubbträningar)**

**Ev frågor till Stefan Lybert på**  
mobil/sms: **070 665 7470**

**VÄLKOMNA!**