

Untitled

SAKO-träning

Välkomna till en tuff medeldistansträning i området mellan kanal och älv samt bland slussar och kraftstation.

Starttid: 17.30 - 18.30

Parkering: Innovatumområdet

Samling: Vid västra sidan av nya cykelbron över kanalen, Olidebron

Anmälan: senast tisdag 20/8, efteranmälan på plats i mån av tillgång på kartor.

Karta: skala 1:7 500

Banor:

Lång svår: 4,2 km Blå/svart svårighetsgrad

Mellan svår: 2,8 km Blå/svart svårighetsgrad

Kort orange: 3,3 km Orange svårighetsgrad

Kort gul: 2,1 km Gul svårighetsgrad

Varmt välkomna!

önskar TSOK

Familjerna Gustavson och Ahlström/Englund