

SOK Aneby inbjuder till

Högländsträning

tisdag 3 september

Korridor-OL och Labyrint-OL

Träningsupplägg **Korridor-OL** för samtliga banor, men självklart med varierande svårighetsgrad för de olika färgnivåerna.

Labyrint-OL finns vid Tallbacken som extra inslag.

Banlängder Korridor-OL, cirkabanlängder

Korta lätt (vit)	2 km
Korta (gul)	2,7 km
Mellan (orange)	3,5 km
Långa (violett)	4,8 km

Deltagande Alla är välkomna att delta. Såväl ungdomar som äldre.

Samling Tallbacken.

Anmälan Ingen föranmälan.

Starttid Fri starttid kl 17.30-18.30.

Stämpling Både SI-enheter och stiftklämmor används under övningarna.

Duskmöjlighet Finns i klubbstugan Tallbacken.

Frågor Ola Gustafsson, 0380-462 77

Välkomna till gemensam Högländsträning!