



## *Inbjudan till* **”Uppsalaträning” torsdag den 19 sept 2019** **NOK, KOK och övriga grannklubbar välkomna.**

*Kanske håller Ni med eller kanske inte om nedanstående uttalanden, men gör en test.*

*Johan Modig Pan-K, vid träningsläger i Grönlid: ”Sydsveriges bästa terräng.”*

*Fridolf Eskilsson, IKHP vid NOK:s tävlingar i Andekulla 2019: ”Ett stort tack från hela IKHP gänget. Vi har fin terräng i Huskvarna, men denna karta och terräng är outstanding”*

*Idag får Ni springa i den mest löpvänliga terrängen i Kråksmålaområdet. Inga hyggen eller grönområden.*

*Bara lite röjningsris i början och slutet på de tre banorna.*

*Varför ”Uppsalaträning”. Jo, terrängen påminner till viss del om den som väntar vid O-ringen i Uppsala 2020. Ganska flack berghällsterräng blandat med småmossar.*

- Samling: Strax efter Torshult, 35 km norr Nybro. Vägvisning från väg 125, 5 km norr Alsterbro. Därifrån 5 km till samlingen.
- Parkering: Sker längs vägen. Se till så Ni håller in så långt som möjligt mot vägkanten.
- Anmälan: Eventor(klubbtävlingar), gör gärna en föranmälan där senast 17 sept. Går även anm vid samlingen.
- Start: Från 16.30. Solens nedgång beräknad till 19.00, så Ni bör nog starta senast 18.30, eller tag med pannlampa om Ni blir sena.
- Banor: Långa 5740 m Mellan 4420 m Korta 3130 m  
Samtliga svart/blå. Tyvärr ingen vit/gul denna gång.
- Karta: Grönlid 1:7500, ekv 2,5 m från 2016, södra delen. Senast använd vid NOK-tävling 2017.
- Kontrollangivelser: Självservering vid starten. Finns ej på kartan.
- Sportident: Tag med egen pinne, eventuellt kan det bli Sportidentstämpling.
- Telefon TC: Anders 070-216 04 94, kan vara begränsad mottagning .
- Resultat/Livelox: Vid TC, och om det funkar med SI även på Eventor.  
Banorna kommer att läggas ut på Livelox, så på med GPS.
- Upplysningar: Anders Buhre 070-216 04 94 [anders.buhre@telia.com](mailto:anders.buhre@telia.com) **Välkomna!**

**PS** ***Om några inte kan springa den 19 sept, hör av Er så kanske det går att fixa så Ni kan springa före den 19 sept eller senare.***