



Linköpings OK bjuder in till den 27:e upplagan
av

Ekorren Cup



En stafett för ungdomar upp till 14 år

Lördagen den 28:e september, start kl 13:00

Samling/TC: LSK-klubbstuga i Hackefors, Linköping

Parkering: Max 200 meter till arenan. Vägvisning från vägen mellan Hackefors och Hjulsbro.

Klasser: Stafetten består av 5 sträckor med följande ungefärliga banlängder och åldersgränser:

Sträcka	Svårighetsgrad	Längd (km)	Åldersgräns (År)
1	Vit	3	14
2	Grön (Snitslad)	2	10
3	Grön	2,5	12
4	Vit	3	14
5	Gul	3,5	14

Det är tillåtet att ha två löpare på alla sträckor utom den sista sträckan. På den sista får endast en löpare springa. Ett lag kan alltså bestå av mellan 5 och 9 löpare. Alla sträckor är raka. Skuggning är inte tillåtet.

Stafetten ger en bra möjlighet för mindre rutinerade löpare att öva på stafettkonceptet utan att behöva känna någon press. Vi ser gärna att deltagande klubbar undviker att toppa lag.

Karta: Reviderad 2019, skala 1:10 000, ekvidistans 5m

Kartritare är Roland Alsén, IFK Linköping OS

Terrängbeskrivning: Område som till största del består av skogsmark. Ett stigrikt område med god framkomlighet och bitvis stark kupering.

Toaletter: Finns i begränsad omfattning i anslutning till arenan.

Dusch: Erbjuds ej.

Marka: Enklare marka finns vid arenan

Stämplingssystem: Sportident. Använd egna pinnar vid möjlighet. Begränsat antal pinnar finns för uthyrning.

Kostnader: 675 kr per lag. Hyra av sportident 25 kr. Faktureras i efterhand.

Anmälan: Via Eventor. Sista ordinarie anmälan 22:a september.
Efteranmälan tas emot senast 25:e september mot en 50% förhöjd avgift.

Laguppställning: Registreras i Eventor senast 26 september.

Lagändringar kan göras under tävlingsdagen på blankett senast klockan 12:00.

Tävlingsledare: Erik Sahlman, 0723622920, erik.sahlman@gmail.com

Banläggare: Olof Ljunggren och Emanuel Herberthson

Bankkontrollant: Åke Ljunggren

Välkomna till Ekorren Cup!

