

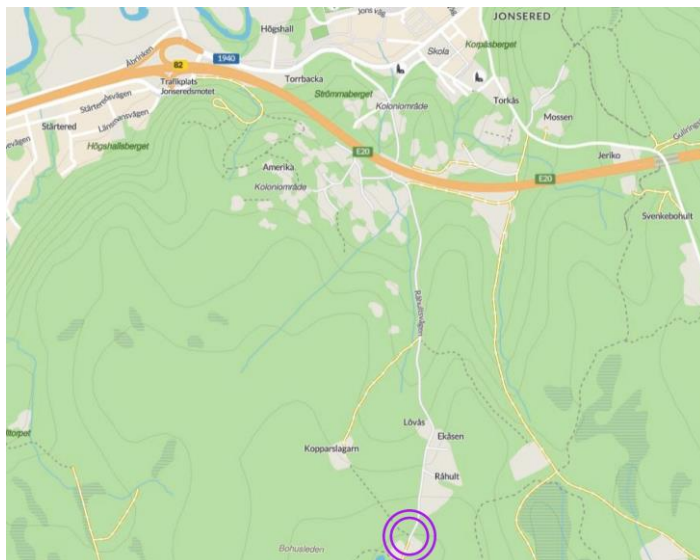
Inbjudan / PM GBG Teknikträning

2019-09-19

Råhult, orienteringsintervaller

För vem GBG Teknikträningar är öppna för alla oavsett ålder och ambitionsnivå. Alla som tycker att det är roligt att träna orienteringsteknik är lika välkomna.

Samling



Råhult, torsdag 19 september klockan 18.00, om du vill vara med på den gemensamma träningen. Vill man träna på egen hand finns möjlighet att träna från tisdag eftermiddag. Snitslar kommer att vara uthängda klockan 16.00. Kartlänk skickas ut vid ett par tillfällen efterhand anmälningarna kommer in.

Upplägg

Orienteringsintervaller. Banan innehåller 8 intervaller på vardera ca 700 m med 3 kontroller och därefter en kort transport till nästa startpunkt

[Förhandsvisning.](#)

Banlängd

7,1 km. Alternativt 5,4 km.

Kartskala

1:10 000 eller 1:7 500 (6 intervaller 5,4 km). Beställer du kartan via mail får du tillgång till båda skalorna. Beställer du en utskriven karta är den i skala 1:10 000.

Kontrollmarkering

Kontrollerna är markerade med snitslar

Anmälan

Anmälan via [Eventor](#) senast onsdag 18 september kl. 15.00. Välj "Karta med mail", så får du en kartlänk via mail, för egen utskrift. Eller "Karta hos GOF", om du vill hämta en utskriven karta i postlådan i Skatås. Om du vill ha övningen via mail försäkra dig då om att din mailadress på IdrottOnline är aktuell (Min sida).

Välkommen!