OL-NV Nattträning 6 PM

2020-02-11

Anmälan: Via Eventor senast kl. 10.00 träningsdagen ”inkludera klubbtävlingar”.

Parkering: Tingvalla, Åstorp. Se kartlänk: https://kartor.eniro.se/m/2il2g

Start: Samling kl. 18.00. Gemensamstart kl. 18.15. 150m till start. TC-karta finns.

Karta: Björnekulla. Skala 1:10 000. Ekv: 5m. Går att beställa 1:7 500 för äldre deltagare i Eventor.

Terräng: Mestadels öppen bok och granskog med många stigar.

Kontroller: Stativ med enhet + reflex. Glöm inte SI-pinne!

Kartbyte: Inget kartbyte.

Spridningsmetoder: Förekommer på mellan och långa banan.

Maxtid: 90 min, målet ”stänger” 19.45.

Analys: Glöm inte lägga upp dina vägval på ”Livelox” och jämföra med andra.

Banor:

Orange-violett nivå:

Långa – 7,6 km

Mellan – 5,8 km

Korta – 3,6 km

Gul nivå:

Lätta – 2,7 km

Resultat: Publiceras på Eventor efter träningen. Alla måste läsa ut brickan så vi vet att alla är tillbaka ifrån skogen. På Eventor uppdateras även poängen för totalställningen.

Avgift: För dig som inte tillhör någon av de samarbetande OL-NV klubbarna FK Boken, Helsingborgs SOK, Hjärnarps OL, OK Kompassen och Örkelljunga FK så kostar det: Löpare under 20 år från övriga klubbar: 50 kr per träning. Löpare över 20 år från övriga klubbar: 100 kr per träning. Avgiften faktureras i efterhand den klubb du anmält dig för på Eventor.

Fredrik Nilsson fn.rya@telia.com , 0705109654. Välkommen och lycka till!

