

Nattcup 3



Samling: VOK-stugan den 8 mars mellan 17.30 – 18.00.

Anmälan: Via eventor senast den 6 mars eller på plats.
50 kr betalas vid ankomst till arenan. Det går att betala kontant eller med Swish.

Start: Gemensam start 18.30. Det är ca. 700 meter till start.
Gemensam gång till start ca. 18.15.

Banor:	Lång	ca. 7,5 km Svart
	Mellan	ca. 5,0 km Blå
	Mellan avkortad	ca. 3,5 km Blå
	Kort	ca. 2,5 km Gul

Karta: Follingbohöjden/Hejdebybladet. Skala 1:7 500 för alla utom Lång som har 1:10 000

Passage: På alla banor förutom den korta passeras en väg på banan två gånger. Ta det lugnt vid övergångarna. Det avgörs inte där. Några staket går genom området. Ett av staketerna är förbjudet att passera och är markerat så på kartan. Stättor är markerade på kartan.

Målgång: Målgången sker ca. 500 meter ifrån VOK-stugan. Löpare tar sig själmant tillbaka till VOK-stugan för att stämpla ut. Den korta banan har sitt mål närmare VOK-stugan.

Banläggare: Felix Bäckstade och Örjan Hallgren Bäckstade

Kontakt: felix.backstade@gmail.com, 0793325629

Välkomna