



PM Lerhaga – Sommaren 2020

Samling/Parkering

Lerhaga, skärm (vid skyddsrum) strax innan Ytterbyslingen 1, Södertälje.

Efter Tvetavägen mot SNO,s klubbstuga i Tvetaberg. Strax innan, från Södertälje räknat, eller strax efter om man kommer från Nykvarn, sväng av mot Lerhaga ca. 2,2 km. Använd helst P-platser strax nedanför start på båda sidor om vägen. Reservplatser vid mål, vid sidan om vägen och vid pumpstation c.a 900 M innan start.

<https://kartor.eniro.se/m/ynkSn> , GPS; 59.139284, 17.594025

Karta

Karta: Utsnitt ut SNO,s kartdatabas. Reviderad karta 2019, samt ny-reviderad i löpstråken.

Skala 1: 7 500, ekvidistans 5 meter

I huvudsak gles låg tallskog. God sikt. Svag till måttlig kupering. Underlaget är i huvudsak delvis mossbelagda berghällar och glest lågt blåbärsris däremellan.

150 M klättring till START"OL-skärm", vit/röd snitsel visar vägen. Kontroller utmärkta med stor OL-skärm men INGA kodsiffror! Ingen märkning vid Mål.

Banor

Bana lång, 4,3 km, Svart

Bana mellan, 3,5 km, Svart

Bana kort, 2,5 km, Svart

Livelox

"Juliträning Lerhaga" Södertälje Nykvarn OF.

Bad

Tveta friluftsgård, ca 3 km från träningen, se kartlänk ovan.

Träningsbidrag

Swisch gärna 20 kr till SNO "1231730332", för icke medlemmar.