

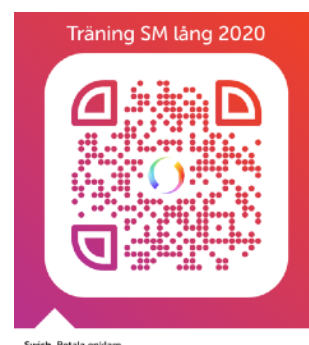
# TRÄNINGSPAKET SM LÅNG 2020

Kom och känns på den tuffa terrängen i Svartedalen! Vårt träningspaket ligger direkt angränsande till terrängen där långdistansfinalerna avgörs.



Fokus på träningspaketet är att visa upp de typiska terrängdelar som löpare på SM-finalen kommer att möta - höga branter, högt blåbärsris, tuv mossar, och pors.

- Terräng** Måttligt till kraftigt kuperad vildmarksterräng med inslag av föryngringsytor. Större delen av området är numera naturreservat.
- Karta** Äldre karta från 2006, kartritare Ulf Bäckström. Kartan har endast genomgått mindre revidering avseende hyggen och stigar. Skala 1:10 000, ekvidistans 5 m.
- Banor** Tre olika varianter: 4500, 6500 resp 7800 m. Banorna är lagda för att ge så god bild som möjligt av terrängtypen.
- Parkering** Timmervatten, GPS 58.00155, 12.03394. Därifrån c:a 200 m till start och målplatsen.
- Jakt** **OBS! För sällskap på 10 löpare eller fler behöver vi först få ok av jägarna. Kontakta oss isåfall i god tid innan den tänkta träningstiden. Den 16 augusti (bockpremiären) ser vi helst inga löpare alls i skogen.**
- Kostnad** 50 kr per utskriven karta. Laserutskrift.
- Leverans** Levereras som utskriven karta. Kan skickas mot en portokostnad på 25 kr, alternativt hämtas upp i Kungälv eller lämnas på boende efter överenskommelse.
- Betalning** Swish 123 44 05 494 eller bankgiro 5794-2617 samband med beställning.
- Kontakt** Erik Aderstedt 0768-674640 eller e-post [tavling@kungalvsok.se](mailto:tavling@kungalvsok.se).
- Kontroller** Hängande snitslar utan kontrollnumrering. Vi kan ordna med uthängda skärmar om det blir många som kommer en viss helg.
- Övrigt** Banorna passerar en äldre stenbro över ett sund i Storsjön. Beläggningen är ojämn och räcken saknas. Var försiktiga!



Swish. Betala enklare.

*Välkomna!*