

Inbjudan / PM GBG Teknikträning

2020-10-15

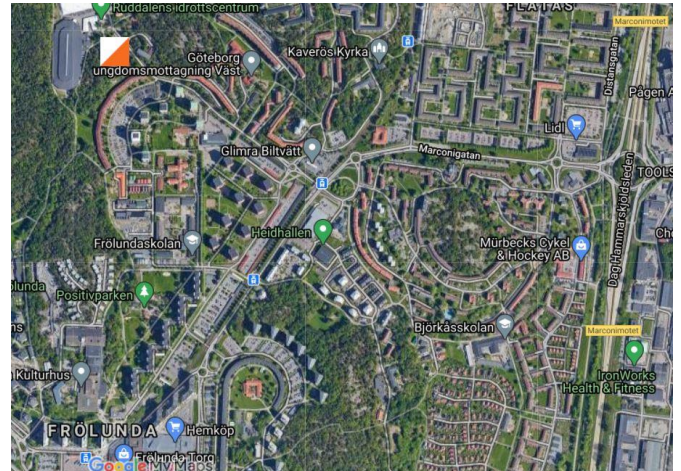
Bertil Åkesson
0705-945300
bertil.gof@telia.com

Ruddalen, medeldistans

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

Samling Ruddalens idrottscenter, torsdag 15 oktober klockan 18.00, om du vill vara med på den gemensamma träningen.

Vill man springa hela träningen i dagsljus behöver man starta lite tidigare.



Upplägg Medeldistansbana.

Banlängd 4,1 km. Det finns även en kortare variant som är 3,0 km

Karta Skala 1:7 500. Ekvidistans 5 m.

Markering Snitsel

Anmälan Via [Eventor](#) senast 14 oktober 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 Skatås. Kartor finns i brevlådan utanför GOFs lokaler från klockan 09.00 på onsdagen.

Det går även att välja "Klubbanmälan" som är öppen ända fram till träningens starttid. Internt i klubben kan det däremot finnas en tidigare tid som anmälan ska vara inne för att man ska hinna skriva ut kartor. **Om du vill ha övningen via mail försäkra dig då om att din mailadress på IdrottOnline är aktuell (Min sida).**

Välkommen!