

Novemberträning vid Tveta sydväst om Södertälje

måndag 9 november 2020 och månaden ut

På grund av de utökade restriktionerna som Folkhälsomyndigheten utfärdat för Stockholmsregionen kan vi inte genomföra motionsorienteringarna för Sörmlandsveteranerna och Luffarligan som planerat. Dessa ersätts därför av banor som var och en själv skriver ut och springer på egen hand.

Parkering	Tveta friluftsgård, Södertälje, stora parkeringen vid spårområdet. Koordinater: 59.156082, 17.593993 Vänligen kolla efter vägbeskrivning på t.ex. eniro.se
Banor	A: 5,5 km, B: 4,4 km, C: 3,9 km, D: 2,4 km och E: 1,9 km. Svårighetsgrad: blå. Bana E är lättare. Banläggare: Greger Wedin.
Start och mål	Markerat med skärm.
Kontroller	Markerade med skärm.
Karta	Utsnitt ur Tveta. Delvis reviderad 2020. Skala 1:7500 för alla banor. Du skriver själv ut kartan.
Terräng	Svagt till måttligt kuperad blandskogsterräng. Mestadels lättframkomlig. Stigrikt i slutet av banorna. Bana E går i svagt kuperad och alltigenom lättframkomlig terräng.
Definitioner	Finns på kartan. Kodsiffror och stiftklämmor saknas.
Toalett	Saknas tyvärr
Livelox	Kartorna kommer att läggas upp i Livelox, där du då också kan se hur andra sprungit och vilken tid de hade.
Avgift	Vi är tacksamma om du swishar 20:- till 1231730332



Swish. Betala enklare.

Medlemmar i SNO springer naturligtvis gratis.

Hoppas du får en fin tur i Södertäljes skogar!