

OL-NV Natträning vecka 48 PM

2020-11-24/25/26

OBS! Träningen sker på egenhand med valfri starttid under tisdag, onsdag eller torsdagskväll. Det finns ingen samlingstid eller funktionär på plats. Håll avstånd till varandra! Kartorna finns i en låda vid startpunkten för självservering. Dock så måste du anmäla dig på Eventor innan.

Anmälan: Via Eventor senast kl. 10.00 den 24/11 "inkludera klubbtagningar".

Parkering: Vedby strövområde, Klippan. Se kartlänk: <https://kartor.eniro.se/m/DQurC>

Start: Det går bra att springa tisdag, onsdag och torsdagskväll på valfri tid. Kartorna kommer finnas på plats från kl.16.00 på tisdagen. 200m till start från parkering. Se karta nedan



Karta: Vedby. Skala 1:10 000. Lätta banan skala 1: 7500. Ekv: 2,5m. Övriga med åldern inne kan beställa 1:7 500 i Eventor.

Terräng: Öppen och snabblopt barrskog med inslag av en del stigar.

Kontroller: Reflexer med kodsiffra.

Analys: Lagg upp dina vägval på "Livelox" och jämför med andra.

Samordning: Viss samordning inom klubbarna för de yngsta deltagarna är att föredra för ökad trygghet.

Banor:

Orange-violett nivå:

Långa – 7,8 km

Mellan – 6,0 km

Korta – 4,0 km

Gul nivå:

Lätta – 2,7 km

Avgift: För dig som inte tillhör någon av de samarbetande OL-NV klubbarna FK Boken, Helsingborgs SOK, Hjärnarps OL, OK Kompassen och Örkelljunga FK så kostar det: Löpare under 20 år från övriga klubbar: 50 kr per träning. Löpare över 20 år från övriga klubbar: 100 kr per träning. Avgiften faktureras i efterhand den klubb du anmält dig för på Eventor.



OL-NV Natträning vecka 48 PM

2020-11-24/25/26

Fredrik Nilsson fn.rya@telia.com , 0705109654. Välkommen och lycka till!

