

Inbjudan Kvarnsjön långdistans

- Datum: Lördag 27 mars
- Samling: Mellanberg, se karta nedan. GPS 59.186559, 17.993655. Begränsat med parkeringsplatser.
- Banor: 10,7 km, blå/svart
7,9 km, blå/svart
5,7 km, blå/röd
4,0 km, blå/röd
- Karta: Nyritad karta från 2020, samma som användes på Kvarnsjötrippelns långdistans 2020. Ekvidistans 5 m. Skala 1:7 500 för 4 km banan, övriga 1:10 000.
- Start: Klubbarna har tilldelats följande preliminära startperioder
9-11 Snättringe, övriga elitlöpare, övriga klubbar
11-12 Södertörn
12-13 Tumba-Mälarhöjden
14 -> SNO
Fri starttid inom klubbens block. Startstämpling. Töm och check vid startplatsen. Lösa kontrollbeskrivningar finns.
Startprocedur: Startstämpla och ta därefter karta ur kartback.
- Mål: Följ snitsel från sista kontrollen till mål. **OBS! Brant sluttning.**
- Corona: Alla har eget ansvar att inte närvara vid eventuella symtom, att hålla avstånd från varandra samt att i övrigt följa Folkhälsomyndighetens rekommendationer. Inget häng över varandras kartor! Håll distansen även vid kartanalyser.
- Kontroller: Stor skärm och SI-enheter
- Anmälan: Senast torsdag 25 mars kl 23:59 via Eventor.

Aktiviteten är öppen för löpare från klubbar där vi har träningssamarbete.

