



MOTIONSORIENTERING

GRANSKOG, JÄRVAFÄLTET

18 AUGUSTI 2021 KL. 16 – 18



Coronaanpassning:

- Endast föranmälan! Max 30 startande per startintervall.
- Kom – spring – gå i mål – åk hem (ingen dusch eller ombyte på plats).
- Håll avstånd till funktionärer och andra löpare.
- Tyvärr inga instruktörer på plats.

Start och mål

Järfälla OKs klubbstuga. En orienteringsskärm hänger vid infarten från Enköpingsvägen mellan Jakobsberg och Kallhäll. *Målet stänger 19.00, välj ett tidigt startintervall om du vill ha god tid på dig.*

Kommunalt

Buss 542 eller 560 från Kallhäll eller Jakobsberg. Hållplats Östra Polhem eller Berghem. Promenad ca 1 km.

Banor och svårighetsgrad:

- Mycket lätt 2 km (vit)
- Lätt 2,5 km (gul)
- Medelsvår 3 km (orange)
- Svår 3 km (svart)
- Svår 5 km (svart)
- Svår 7 km (svart)

Anmälan

Obligatorisk föranmälan, senast 15/8. Anmäl till önskad startintervall, 16.00 – 16.30, 16.30 – 17.00, 17.00 – 17.30 eller 17.30 – 18.00. De som kan anmäler sig via Eventor, annars med mail till mol@jarfallaok.se. Ange namn, bana, startintervall samt SI-nummer om du har (annars finns SI-pinne att låna).

Avgift

50 SEK, betalas i förväg med Swish 123 228 8082 Järfälla OK. Faktureras för de som anmäler sig i Eventor. Gratis för JOK-medlemmar och SAAB-are.

Kommande arrangemang

26 september