



Tumba Mälarhöjden OK inbjuder till Vinterserien, 18 februari 2024

Samling	Nytorpsskolan i Rönninge
Kollektivtrafik	Pendeltåg till Rönninge station, därifrån buss 725 alternativt 1,5 km promenad/uppvärmning
Parkering	Begränsat med parkeringsmöjlighet längs gator i området. Stor infartsparkering vid Rönninge station.
Start	Fri starttid kl 10-12. Målet stänger kl 14.00 då vi börjar ta in kontrollerna. Avstånd till start ca 300m asfaltsväg.
Mål	Utbrutet mål ca 300m från arenan. Glöm ej läsa ut brickan på arenan efter avslutat lopp.
Stämplingssystem	Elektronisk stämpling med SportIdent. Begränsat antal SI-pinnar finns för utlåning. Ej återlämnad pinne debiteras 400kr.
Anmälan	Endast på plats, Startavgift 50:- Swish till nummer 070 551 16 32 (Staffan Törnros) Anmälan öppnar 9.30
Banor	Bana A 7 km svart 1:10 000 Bana B 5,5 km svart 1:10 000 Bana C 4 km svart 1:7 500 Bana D 3,4 km svart 1:7 500 Bana E 4 km orange 1:7 500 Bana F 2,5 km gul 1:7 500 Ta med egen plastficka
Terräng	Måttligt kuperad skogsterräng med inslag av stigar, främst närmast start och mål. Framkomligheten är mestadels god eller mycket god, några mindre hyggen och grönområden förekommer men varvas med mycket lättlöpta höjdparter.
Omklädning	Dusch finns tyvärr inte. Arena och avläsning är belägna i Nytorpsskolans matsal.
Upplysningar	Åsa Mårzell asa.marsell@gmail.com 070-560 12 22