



Nattcupen

Onsdag 14 februari 2024



PM

Arrangör: Sundsvalls OK

Samling: SOK-stugan, Sidsjön

Start: **Gemensam start kl. 18.45. OBS, Utbruten start** i anslutning till tunneln där elljusspåret mot Nacksta passerar Sidsjövägen.

Alltså ej vid målet vid SOK-stugan så kom i tid så ni hinner ta er till starten! Om bil till starten, parkera längs Tegelbruksgatan på lämpligt vis.

Stämpelmetod: SportIdent.
Medtag egen SI-pinne. Lånepinnar finns

Banor: Bana 1: Lång (6,3 km)
Bana 2: Mellan Damer (4,5 km)
Mellan Herrar
Bana 3: Kort Ungdomar (2,7 km)
Kort Övriga

Karta: Bana 1 & 2: Skala 1:10000
Bana 3: Skala 1:7500

Definitioner är tryckta på kartan. Inga lösa definitioner.

En i terrängen tydligt upptrampad stig (i alla fall innan tisdag och snöfallet) som ej finns utmärkt på kartan har på kartorna trycks med streckad lila linje för att inte eventuell terrängkännedom ska avgöra.

- Terräng/Trafik:** Mestadels gator samt stigar i varierande grad av upptrampning och skidspårning. Spring inte i de klassiska skidspåren.
Samtliga banor passerar Sidsjövägen och inte nödvändigtvis via övergångsställe. **Var uppmärksam på trafiken som har företräde!**
- Reflexväst rekommenderas. Var snäll med bilförarna - blända av lampan eller håll för handen så att de inte blir bländade.
- Omklädnad/dusch:** Ja. Fika till självkostnadspris (25 kr) och prisutdelning för natt-cupen i SOK-stugan efteråt. Priser till de tre främsta i totalställningen i varje klass förutom Kort Ungdom o Kort Övriga där det är ett pris till totalsegraren.
- Toaletter:** Ja, i SOK-stugan. Ingen toalett vid start
- Information:** Michael Larsson,
michael.larsson_1@live.com
- Magnus Jonsson
magnusj.128946@gmail.com
070 - 323 08 04