

# Inbjudan

## Ungdomsserie och NOK-träning

### OK Denseln

Tisdagen den 21 maj 2024

Klasser:	D10 2200	H10 2200	Inskolning 2 km (grön)	1600
	D12 2200	H12 2200	Mycket lätt 2 km (vit)	2100
	D14 3400	H14 3400	Lätt 2,5 km (gul)	2200
	D16 3600	H16 3600	Medelsvår 3 km (orange)	3100

NOK-träning Bana A (7,8 km svart) 1:10.000  
 Bana B (6,2 km violett/blå) 1:10.000 och 1:7.500  
 Bana C (5,0 km violett/blå) 1: 7.500  
 Bana D (3,1 km violett/blå) 1:7.500  
 Bana E (4,0 km orange/röd) 1: 7.500

Samling: Mårn, vägvisning från väg 215 mellan Skärblacka och Finspång, 2 km väster Skärblacka.

Parkering: 300 meter från Arenan.

Anmälan: Via Eventor, de som inte finns med i Eventor via E-mail till [bjorn.f.l.karlsson@telia.com](mailto:bjorn.f.l.karlsson@telia.com) senast lördagen den 18 maj.  
 Anmälan till NOK banorna tävlingskvällen från 17:00.

Startavgift NOK: Vuxen 60 kr.

Stämplingssystem: Sportident, ange SI-nummer i samband med anmälan. Lånepinnar finns ej.  
 Startlista, PM och resultat se Eventor.

Start: Första start i åldersklasser kl. 18:00. Övriga har fri start mellan 17:30 – 18:30. NOK-träning start mellan 17:15 – 19:00.  
 Till U-seriestart 400 m orange/vit snitsel, till NOK start 400 m följ kartan

Karta: Mårn, 2023, skala 1:7 500 för alla utom DH16 och de längre NOK-banorna som har 1:10 000, ekv 5 m, digitalutskrift.

Banläggare: Björn Karlsson  
 Toalett: Vid Arena  
 Dusch: Saknas  
 Upplysningar: Björn Karlsson 070-204 02 04

## Välkomna !