



PM



Veteran-OL 211006 Öxnehaga för Höglandet & Vätterzonen

Samling Öxnehaga motionsgård.

Parkering På stora parkeringen i anslutning till motionsgården, och om den är full på kringliggande gator

Start Från 09:30 för Höglandet och 10:00 för Vätterzonen, startpunkten är belägen ca 800 meter SV om friluftsgården, följ uppførsbacken på snitslad stig dit.
Kom ihåg att startstämpla.
Anteckna starttiden på lista, innan ni går till start.

Stämplingssystem

Sportident.
Start & Målstämpling skall göras, för att få sluttid.
Målet är på stigen VSV om friluftsgården.
Glöm inte att stämpla ut efter målgång.

Kontrollerna

Skärm med Sport-Ident enhet, på glasfiber-ställning,
Kontrollera koden noga, det finns flera kontroller i skogen.
Den kod som gäller, är den som står på Sport-Ident enheten!

Karta I skala 1:7500 för långa och mellan.
I skala 1:5000 för korta och motion, alla med 3-5 m ekvidistans.

Banor Långa 4.0 Km
Mellan 2.8 Km
Korta 2.0 Km
Motion 1.4 Km

Anmälnings

Avgift 40 SEK, inkluderar dusch efteråt, betalas kontant, eller med Swish.

Observera att Höglandet swishar till nummer : 123 1790 385

Vätterzonen swishar till nummer : 123 3930 344

Nödtelefon 0700 90 14 24 (står på kartan)

Angivelser Finns tryckta på kartan OCH lösa, de lösa angivelserna fås vid start.

Terräng Stigrik och kuperad, mestadels lättlöpt.

Maxtid 100 minuter

Ombyte Öxnegården, eller utomhus.

Dusch Jajamänsan i Öxnegårdens lokaler.

Övrigt

Tävlingsledare Sten Åström och Sven-Åke Karlsson
Sekretariat Jan-Olof Nyberg och Anders Frönell, vi kör MEOS.
Banläggare Klas Björk och Jan-Olof Nyberg