PM OK Tor 17 oktober 2019

Samling/anmälan: E20 trafikplats Årby, avfart 132, kör mot Eskilstuna, efter ca 300 m samlingsskärm, sväng höger. P vid Årby IP, följ funktionärers anvisningar.

Registrera vilken bana du skall springa. Lämna plastfodral!

Betala 60.-kr kontant alt. SWISH 070 311 92 09 gärna hemifrån innan du åker.

Ombyte/dusch: Inomhus vid Årby IP.

Toaletter: Endast vid Idrottsplatsen.

Start: Fri start mellan 09:30-11:00. Till start ca 500 m. Överdrag kan lämnas vid starten och hämtas efter målgång.

Banor: A 4,4 km, B 3,7 km, C 3,0 km, D 2,3 km och E 1,6 km

Kontrolldefinitioner: Både lösa och på kartan

Karta: Utsnitt ur Slagsta – Årby, skala 1:7 500, ekv. 2,5 m

Terräng: En skön blandning av skog och kulturmark. Måttlig kupering och god framkomlighet. Mycket stigrikt Naturreservat.

Stämpelsystem: Sportident. Lånepinnar finns. Borttappad ersätts.

Avgiften 60.-kr inkluderar varmdusch och fika med 2 smörgåsar. Tag med egen fikamugg

Upplysningar: Karl-Robert Moqvist, 076-12 877 58 eller 016-35 85 27.

Resultat: Eventor och förhoppningsvis Livelox.

Vi siktar på deltagarrekord….. du kommer väl?

Varmt välkomna till en härlig höstdag i Eskilstuna

Hälsar OK Tors veteraner