



OK Tjärnens och OK Nalles veteraner inbjuder till

Veteran-OL torsdagen den 7 april 2016

Samling: Malmaheds idrottsplats i Malmköping. Vägvisning från orange-vit skärm vid genomfarten inne i tätorten.

Start: Mellan kl. 9.30 och 11.00. Avstånd TC – start är c:a 200 m.

Stämpling: Sportident. Medtag egen pinne. Ett fåtal lånepinnar finns. Bortappad lånepinne ersätts med 500 SEK.

Banor: Fem banor: A=4360m, B=3600m, C=2970m, D=2510m och E=1960m.

Karta: Plevnahöjden, skala 1: 7500, ekvidistans 2 m.

Terrängbeskrivning: Stigrikt, delvis parkliknande strövområde med måttlig till stark kupering och övervägande god framkomlighet. Vissa sluttningspartier är steniga.

Ombyte och dusch: Inomhus vid idrottsplatsen. Tag på och av OL-skor utomhus.

Fika: Med sedvanligt Nalle/Tjärnen-innehåll.

Startavgift: 50:- SEK

Banläggare: Börje Karlsson

Förfrågningar: Nils Johansson, tel. 0157 - 60421,
Börje Karlsson 072 – 500 86 84.

Välkommen !

OK Nalles och OK Tjärnens veteraner