

PM för VETERAN-OL

”Hökåsenrännnet”



västerås SOK

Välkommen till tävlingen 2016-06-09

- ANMÄLAN:** Välj bana och skriv in dig på startlistan. => Betala startavgiften (50 kr). => Töm och checka SPORTident-pinnen vid Starten. (Lånepinnar finns vid Anmälan.)
OBS! – Efter avslutat lopp skall du bocka av i startlistan att du kommit i mål.
- BANOR:** A= 4,8 km; B= 4,0 km; C= 3,3 km; D= 2,6 km; E= 1,5 km.
- KARTA:** **OBS! – Skala 1:5 000; Ekvidistans 2 m.**
- TERRÄNG:** Stigrikt närområde med motionsspår. (Det finns några upp- trampade stigar som inte är redovisade på kartan.) Måttligt kuperad blandskog med mestadels mycket god framkomlighet. (De längre banorna berörs dock av område med något nedsatt löpbarhet.)
I närheten finns villabebyggelse. – **Tänk på att tomtmark är förbjudet område – liksom RV56!**
- START:** Fri starttid mellan kl. 9.00 och 10.30; En minuts startmellanrum; Ca 500 m till startplatsen från TA..
- STÄMPLING:** SPORTident. Start-, kontroll- och målstämpling. Avläsning av SI-pinnen i Orientalen (efter målgång).
- ANGIVELSER:** Lösa och tryckta på kartan.
- OMBYTE/DUSCH:** I Orientalen (efter utstämpling).
- RESULTAT/FIKA:** I Orientalen. (Vägbeskrivning TA => Orientalen – se nedan.)

Ha en trevlig förmiddag!

*- önskar **VSOK:s Veteraner***

Vägbeskrivning (snabbaste väg enligt Eniro) från TA till Orientalen:



Från Alvestavägen till Önstavägen

5 min (4.7 km)

1. 🟢 Starta riktning syd-väst på Alvestavägen, kör 280 m
2. ⬅️ Ta vänster i rondellen tredje avfarten. Kör in på Bergslagsvägen, kör 1.2 km
3. ⬅️ Ta vänster i rondellen andra avfarten. Fortsätt på Bergslagsvägen (56), kör 1.1 km
4. ➡️ Ta höger i rondellen första avfarten. Kör in på Norrleden, kör 397 m
5. ⬆️ Kör rakt fram i rondellen andra avfarten. Fortsätt på Norrleden, kör 439 m
6. ⬆️ Kör rakt fram i rondellen andra avfarten. Fortsätt på Norrleden, kör 1.2 km
7. ➡️ Sväng höger in på Önstavägen, kör 81 m
8. 📍 Du är framme