



OK Nalles och OK Tjärnens veteraner inbjuder till

Tidig vårstart eller midvinter-Veteran-OL **torsdagen den 23 februari 2017**

Samling: Vid Lötenskolan i Flen.

Vägvisning från orange-vit skärm efter rv 55/57 i Flen. Avstånd från parkering till arenan (dvs. skolan) = 100 m.

Start: Mellan kl. 9.30 och 11.00. Avstånd TC – start är c:a 300 m stig.

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

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

Karta: Lötenskolan, skala 1:5000, 2 m ekvidistans, ritad av Lennart Karlsson 2005 med viss revidering 2017.

Terrängbeskrivning: 50% av banorna är gatlopp och resterande del går i stigrik skogsterräng. Migrationsverkets område (= f.d. Jättunaområdet) får beträdas.

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

Toaletter: Endast vid idrottshallen, ej vid start.

Fika: Medtag eget ! (Vi sparar äggmackorna till hösten 2017).

Startavgift: 40:- SEK

Banläggare: Nils Johansson

Förfrågningar: Nils Johansson, tel. 0157 - 60421,
Erik Rundström, tel. 016 - 140775.

Välkommen !

OK Nalles och OK Tjärnens veteraner