

Inbjudan och PM

Luffarligan 16 november 2016

- Samling: Farsta IP. Skärm efter Magelungsvägen i Farsta.
- Parkering: avgiftsbelagd. Endast kortbetalning. För att undvika köer vid automaterna kan du använda apparna Easypark eller TeleP.
- Karta: Högdalstoppen, skala 1:7 500, reviderad 2016, ekvidistans 5 m. Eftersom vi springer i ett närområde finns det många mindre stigar som inte är redovisade på kartan.
- Definitioner: Enbart tryckta på kartan.
- Banor: A - 5,7 km
B - 4,6 km
C - 3,6 km
D - 2,6 km
E - 1,9 km
Banorna är något längre än normalt men å andra sidan är slutet av banorna rätt så löpbetonade. Efter tävlingen kommer banorna att finnas tillgängliga på Livelox.
- Start: mellan 10:00 och 12:00.
- Till start: 800 m. Där finns töm och check.
Följ anvisning norrut från TC genom staketöppningen. Därifrån får du orientera själv fram till start. Följ Värmlandsvägen.

Anmälningsavgift 50 kr för karta och dusch.

OBS! Tag med eget kartfodral.

SportIdent vid alla kontroller. SI-pinne finns att hyra för 20 kr.

Förlorad pinne kostar 350 kr.

Ingen servering vid TC. Restauranger finns i sporthallen och Farsta gård.

Upplysningar: Banläggare Kjell Holmberg 0708-928510

eller tävlingsledare Ulf Eskilsson 0706-092906

VÄLKOMMEN!

OK Södertörns luffare