



FREDRIKA
BREMER
GYMNASIET

FREDRIKA BREMERGYMNASIET IDROTTLÄRARE



FREDRIKA
BREMER
GYMNASIET

INBJUDER TILL LUFFARLIGAN DEN 21 NOVEMBER

Plats: Rudan Handen, [Teaterladan](#)

Parkering: Rekommendationen är att åka kommunalt, mindre parkering finns vid Rudans friluftsområde samt i Handens centrum (mot avgift).

Kommunalt: Pendeltåg till Handen, därifrån ca 400 meters gångväg

Start: 10.00 – 12.00. Start och mål vid arenan. Klockan 13.30 börjar arrangören ta in kontrollerna frånskogen.

Kontrollbeskrivning: Finns på kartan

Karta: Utsnitt ur Rudan. Skala 1:7.500 Ekv. 5 meter.

Banor: (medeldistanskaraktär)

Bana A = 5 km

Bana B = 4,5 km

Bana C = 3,9 km

Bana D = 2,8 km

Bana E = 1,8 km

Startavgift: 50 kr

SI: SportIdent används. Resultat med sträcktider efter tävlingen på hemsidan.

Omk: Dusch erbjuds men det finns endast ett omklädningsrum för damer och ett för herrar.

Servering: Finns förmodligen ej!

Upplysning: Robban Wallsten 073-2512144