



## Skogsluffarna inbjuder till Luffarligan 13/8 2025

**Samling:** Flatenbadet

**Kommunikationer:** Buss 801 eller 816 från Gullmarsplan. Gratis parkering finns vid badet.

**Banor:** Bana A: 5,6 km, Bana B: 4,7 km (Bana A och B går runt sjön Flaten) Bana C: 3,3 km, Bana D: 2,6 km, Bana E: (1,5 km).

**Ombyte och bad:** Ombyte sker utomhus med möjlighet att förvara ryggsäckar under tak. Från TC till badet är det bara drygt 100 meter. Toaletter finns på badet.

**Start:** Till start längs stig och väg 800 m. Starttid kl. 10-12, målet stänger kl 13.30.

**Mål:** Utdraget mål cirka 250 m

**Stämpling:** Sportident, pinnar finns att hyra (30 kr)

**Karta:** Skala 1:7 500 med 5 meters ekvidistans. Bana A och B springer på kartor i A3-format. Här erhåller löparna fodral. Övriga klasser springer på kartor i A4-format och ombeds ha med sig egna fodral.

**Terräng:** Stigrik men kuperad

**Startavgift:** kontant 50 kr, swish eller jämna pengar

**Banläggare:** Bo Hedlund och Tommy Ljusenius

**Tävlingsledare:** Tommy Ljusenius, Tfn 073-3727654, mejl: ljusenius@outlook.com

