FRÖLUNDA OL INBJUDER TILL
BLANDNATTA
(INGÅR I GOFS NÄRNATTCUP)
FREDAGEN DEN 13 OKTOBER 2006

Klassindelning och banlängder

D60	3,5	D20	5,0 km	H70	3,5 km	H20	6,5km
D50	4,0	D16	3,5	H60	4,5	H16	4,0
D40	4,5	D14	3,0	H50	5,0	H14	3,0
D21	5,5	D12	2,5	H40	6,0	H12	2,5
		D10	2,0	H21	8,0	H10	2,0

U1	1,5 km	Grön
U2	2,0	Vit
U3	2,5	Gul
U4	3,0	Orange

Öppna klasser

Ö2	3,0 km	Orange
Ö6	5,3	Violett

Avgifter Ungdom 35 kr och övriga 80 kr. Efteranmälan 50% förhöjd avgift

Anmälan Genom Klubben On-Line senast fredagen den 6 oktober kl. 20.00 eller E-mail: blandnatta@frolundaol.se alternativt skriftlig anmälan senast torsdagen den 5 oktober under adress: FRÖLUNDA OL, c/o Ulf Almehed, Gåsmossen 25, 43639 Askim tel 031-286341.
Startavgiften faktureras i efterhand.

Efteranmälan Senast onsdagen den 11 oktober kl. 20.00. Via Klubben On-line, mail ovan eller telefon 031-286341.

Karta Skala 1:5000

Stämplingssystem Elektroniskt stämplingssystem, SPORTIDENT. Brickhyra 20 kr.
Borttappad bricka debiteras med 230 kr.

Terrängbeskrivning Terrängtyp: Måttlig till starkt kuperad parkterräng med stort antal stigar.

Samling Slottskogsvallen, vägvisning från Dag Hammarsköldsleden

Parkering Vid TC. Avgift enligt gällande taxa.

Start Gemensam start med spridningsmetoder.i HD20+
Första start kl 19.30. Individuell start i U och Ö klasser

Service Omklädning och varmdusch inomhus vid TC, servering och sjukvård

Start- och resultatlista I samband med anmälan godkänner löparen att namn, och klubb publiceras i start och resultatlistor på Internet

Priser Presentkort SM sport i HD21, priser i ungdomsklasser samt utlottade priser bland övriga fullföljande

Tävlingsledning

Tävlingsledare	Anders Lamm	031-20 28 07
Banläggare	Anders Lamm	031-20 28 07
Bitr. banl.	Stefan Johansson	

Välkomna