



Inbjudan till "Norrländsträning" lör den 21 mars 2020 NOK, KOK och övriga grannklubbar välkomna.

Med reservation ang genomförandet pga av Coronaepedimin. Kolla klubbarnas hemsidor.

Varför "Norrländsträning". Jo, terrängen påminner till viss del om den som man träffar på från Dalarna och norrut. Sällsynt i södra Sverige. Berghällsterräng blandat med småmossar.

Övervägande öppen tallskog med bra sikt och framkomlighet.

Kartan ritad av Kjell Svensson från 2001 och 2012 är MAGNIFIK, stämmer fortfarande till 95 %. Som kontrollutsättare är man LYRISK när man springer omkring bland vildmarksinbäddade små gölar och annat läckert. En stor upplevelse ni inte bör missa.

- Samling:** Grönlid och Torshult. Vägvisning från väg 125, 5 km norr Alsterbro. Därifrån 7 km(f.m.) och 4 km(e.m) till samlingen.
- Anmälan:** Eventor(klubb tävlingar), gör gärna en föranmälan där senast 19 mars. Går även anm vid samlingen. Ni anmäler Alt. Båda passen, Bara f.m eller Bara e.m. Även SMS till Anders 070-214 94 04 eller anders.buhre@telia.com
- Genomförande:** **Pass 1**
Samling Grönlid c:a 09.00, beräknad gemensam start c:a 09.30 till start 200 m.
Genomförs i ett sträck, men i TRE delmoment.
Del 1: Micro OL c:a 1600m, **skala 1:2500**. Kraftig gaffling.
Del 2: Normalbana Långa 3850 m/ Korta 2430 m, **skala 1:7500**.
OBS! Vid kontroll nr 7 resp 3 byter ni tillfälligt till Del 3
Del 3. Micro OL långa 2260 m och korta 1560 m. **Skala 1:5000**.
Och efter denna Micro fortsätter ni på Normalbanan till slutmålet som ligger c:a 500 m från samlingen.
Längsta alternativ 7710 m och kortaste 5550 m.
- OBS!:** Mellan de två träningspassen har vi tillgång till dusch och uppehållsrum vid Alsterbro IP / Camping vid Hindsjön, se vägvisning i Alsterbro.
Coop och pizzeria finns i Alsterbro.
- Pass 2**
Samling c:a 13.00 vid röd skärm någon km efter Torshult. Därifrån leder en liten skogsbilväg till startplatsen. Svårt ställa bilar ute vid stora vägen.
Beräknad minutstart från 13.30 **SPORTIDENT**
Normalbana 4300 m. Skala 1:7500.

Upplysningar: Anders Buhre 070-216 04 94 anders.buhre@telia.com

Anders B/Lasse Å/Limpan hälsar Er välkomna!

PS *Om några inte kan springa den 21 mars, hör av Er så kanske ni kan springa vid annat tillfälle. Event hänger snitslar ute en tid.*