

PROVA ATT SPRINGA / GÅ EN RIKTIG ORIENTERINGSBANA MED ELEKTRONISK STÄMPLING

Motionsorientering i Granby tisdag 17 maj

Hur tar man sig dit

Nynäsvägen (73) eller Huddingevägen (226) mot Lissma - sväng av vid Granby koloni.
Med buss 709 från Huddinge Centrum eller buss 865 från Flemingsberg eller Haninge Centrum -
stig av vid Lissma skola.

Kartlänk: Hellas Sim- och Idrottsklubb - hitta.se

Banor

Det finns 3 Öppna Motionsbanor (ÖM) att välja på :

ÖM1 - 2,5 km (vit - nybörjare),

ÖM3 - 3,5 km (gul - lätt),

ÖM6 - 6,0 km (röd - medelsvår)

Karta och terräng

Detaljrik, måttligt kuperad skogsterräng. Kartskala 1:5000 och 1:10000

Får man hjälp

Javisst, vi har instruktörer som hjälper till och svarar på frågor.

Anmälan och start

På plats mellan 17.00 och 19.00. Fyll i anmälningsblanketten, betala avgiften och låna sportidentpinne (om det behövs)

Avgift

Vuxna 60:-, ungdomar till och med 16 år 40:-. I avgiften ingår karta och lån av sportidentpinne (om det behövs)

Målgång och resultat

Alla måste passera, målstämpla och lämna tillbaka lånad sportidentpinne. OBS! Detta gäller även om man inte fullföljt hela banan. Varje löpare får sin totaltid och tid på delsträckor. Fullständig resultatlista anslås på Hellas Orienteringsklubbs hemsida www.hellasorientering.se samt på www.motionsorientering.se

VÄLKOMNA




SVEASKOG

 O-Ringen