

Skarpnäcks OL inbjuder till

När-skidO-tävling

**lördagen 13 februari 2010 i Nackaskogens
Naturreservat**

- Banor:** Cirka 3.0, 5.0 och 7.0 km.
- Samling:** Skarpnäcks OL, Kärrtorps IP, T-bana Skarpnäck, station Kärrtorp. Parkering vid idrottsplatsen och på gatorna invid.
- Anmälan:** Klubbenonline (orientering) till torsdag 11/2 23:59. Efteranmälan klubbenonline fredag 12/2 20:00. Därefter vid TC i mån av plats. Föranmäl KM o dyl.
- Start:** Fri start kl 10.00 – 12.00.
- Karta:** 1:10000, Ekvidistans 3-5 m, datorutskrivna karta med spår inlagda
- Stämplingssystem:** SportIdent. Begränsat antal pinnar finns att hyra på plats, 25 kr.
- Startavgifter:** 90 kr, ungdom 50 kr. Efteranmälan +50%.
- Ombyte:** Dusch och toa inomhus, idrottsplatsens omklädningsrum.
- Spår:** På öppna fält finns motionsspår. Elljusspår och större gångstigar är packade av promenerande och löpare och är utmärkta för skate. Mindre stigar är spårade eller trampade för fot. Reservation för snöfall strax före eller under tävlingen.
- Marka:** Enkel marka finns med varm dryck, saft och smörgåsar.
- Info:** SOL´s hemsida <http://www.sol.a.se> .
- Upplysningar:** Emma Carlsson 0736 39 12 65, amme.carlsson@hotmail.com
Leif Carlsson 08 659 97 05, 0704 93 13 39, lfcrlssn@gmail.com
- Tävlingsledare:** Emma Carlsson
- Banläggare:** Samuel Henriksson

Välkommen!

Skarpnäcks Orienteringslöpare