

**KARUP OK OG ETIMING TILBYDER
UHRESKOV - SELVTRÆNING
INSTRUKTION**

Det er alm O-skærme der er sat ud, 30x30

Kort med baner kan hentes her på hjemmesiden etiming.dk eller fra Karup Ok's hjemmeside.

Print selv kort vil blive synligt torsdag eftermiddag.

Bane1 9,2 km A3 format 1:10.000

Bane2 6,9km A4 format 1:10000

Bane3 4,8km A4 format 1:7.500

Der vil stå en plastboks med 10 kort af hver bane.

Pris for print er kr. 20,- (mobilepay til 24621803)

Printer du selv er det gratis at deltage.

Startsted er fra P-plads lige inden Gedhusvagten på Herningvejen, [link](#)

Starttid: mellem kl. 10 og 20 fra fredag den 19. juni til søndag den 21. juni 2020 kl. 20:00

Overhold de gældende regler vedr. Corona virus, medbring selv sprit eller andet til at vaske hænder i.

Vejret skulle blive ret så flot, så efter løbet kunne man nyde den medbragte mad 😊

Baner kommer i O-track....

Mvh

LOK

Mobil nr. 24621803

Mail: larskopp@live.com