

# VINTERLANGDISTANCE 1-2017

Søndag den 11. december 2016 med første start kl. 10:00

## INSTRUKTION

Stævnecenter/mål	Ravnholt Hytten, Ravnholtvej 3, 8620 Kjellerup. <a href="http://map.krak.dk/m/ATiah">http://map.krak.dk/m/ATiah</a> Spejder hytte tæt ved Kompedal Plantage.
Parkering	Tæt på stævnecenter, parker efter anvisninger og vi anbefaler samkørsel.
Afstande:	P-stævnecenter 0 -300m Stævnecenter til start for alle baner ca. 800m (god opvarmning)
div.:	Løse postbeskrivelser og backup labels udleveres inden afgang til start
Bane start:	<b>16 + 20km kl.10:00</b> <b>10km kl. 10:05</b> <b>3km + 6km kl. 10:10</b> <b>MTBO 10km styret start fra kl. 10:12:00 (2 min interval)</b> <b>OG DER ER AFGANG TIL START KL. 09:50</b>
Kort	3, 6 og 10km km O-kort 1:7.500 16 og 20km o-kort 1:10.000 MTBO 10 km O-kort 1:10.000
Bemærkninger	1 x Væskepost på 20-16-10km
Bad-omklædning - toilet	Omklædning inden døre er muligt. Toilet forefindes og 2 bruser.
Eftertilmelding	Ja, indtil kl. 9:40 startgebyr kr: -20år kr. 60,- 21- kr. 85,- brikleje: kr. 15,-
Kiosk	Ja, kaffe, te, vand, øl, kage og slik samt varm suppe.
Løbsledelse	L. O. Kopp. Karup OK mail: <a href="mailto:larskopp@live.com">larskopp@live.com</a> Banelægger: LOK Banekontrol: Jan og Chr.L. Overdommer: LOK
Ellers noget	Velkommen til vinterlangdistance 1- 2017 som afvikles i 2016. så er vi godt i gang ☺