

PM Nattcup #1, 16 november 2023

- Samling: Samling på grusplanen vid Stenkrossen. Egen promenad och uppvärmning dit – **var försiktig över trafikerad väg!**
- Töm & Check: I stugan innan start och vid samlingen vid Stenkrossen
- Start, Starttid: Gemensam start kl. 18:20 på funktionärs kommando. Löpning ca 100 meter till startpunkten. Ingen startstämpling.
- Startpunkt: Tag din karta i **rätt låda** (märkt med banans namn). Bemanning finns där om du är osäker. Startpunkten är markerad med skärm och reflex.
- Mål: Stenkrossen, markerad med skärm och reflex. Vid målgång, **STÄMPLA!** Läs av din SI-pinne inne i stugan.
- Karta, banlängder, skala: Tingstuhöjden (nya) för alla banor.
Långa: 5,3 km, 1:7500
Mellan: 3,4 km, 1:7500
Korta: 2,3 km, 1:5000
Lätta: 1,9 km, 1:5000
- Kontroller, SI-enheter: Små skärmar med reflex. SI-enheter: Långa, Mellan: på vissa kontroller
Korta, Lätta: på samtliga kontroller
- Trafik: På Långa, Mellan samt Korta banan kan lättare biltrafik förekomma. Var försiktig.



Lycka till!