

Ungdomens 10mila 2010

Löpar-PM

Klass/ Sträcka	Passage	Banlängd i meter inkl. snitsel	Karaktär	Svårig- hetsgrad	Sträcktid i minuter (idealtid)	Beräknad växlings- tid för täten
-------------------	---------	--------------------------------------	----------	---------------------	--------------------------------------	-------------------------------------

Start						18:00
HD 12 1		2660	Dag/rak	Gul	20	
	Växel					18:20
HD 12 2		2630	Dag/rak	Vit	18	
	Växel					18:38
HD 12 3		2630	Dag/rak/parallel	Vit	18	
	Växel					18:56
HD 12 4		3360	Dag/rak	Gul	23	
	Målgång					19:19
Start						02:30
HD 18 1		5740-5930	Natt/Gafflad	Violett	43	
	Växel					03:13
HD 18 2		5740-5930	Natt/Gafflad	Violett	43	
	Växel					03:56
HD 18 3		4120-4270	Natt/Gafflad	Orange	29	
	Växel					04:25
HD 18 4		4120-4270	Gryning/dag/Gaff	Orange	29	
	Växel					04:54
HD 18 5		7610	Dag/rak	Violett	47	
	Växel					05:41
HD 18 6		2660	Dag/rak/parallel	Gul	18	
	Växel					05:59
HD 18 7		2960-3030	Dag/gafflad	Gul	18	
	Växel					06:17
HD 18 8		2960-3030	Dag/gafflad	Gul	18	
	Växel					06:35
HD 18 9		6820	Dag/rak	Violett	42	
	Växel					07:17
HD 18 10		6970	Dag/rak	Violett	42	
	Målgång					07:59

Start						05:30
D18 1		4310-4530	Dag/gafflad	Violett	34	
	Växel					06:04
D18 2		4310-4530	Dag/gafflad	Violett	35	
	Växel					06:39
D18 3		2660	Dag/rak/parallel	Gul	18	
	Växel					06:57
D18 4		3260	Dag/rak	Orange	22	
	Växel					07:19
D18 5		5910	Dag/rak	Violett	46	
	Målgång					08:05

KARTA:

Skala 1:10 000 med 5 meters ekvidistans, reviderad 2010 av Sten Olsson.

Karta erhålls på första sträckan vid start och på följande sträckor av föregående löpare.

Kartorna tas in vid växel.