

Inbjudan till Vinterträning
2026-01-11
Karlsnäsgården, Ronneby

Samlingsplats/parkering	Karlsnäsgården
Anmälan:	Ordinarie anmälan på Eventor senast fredag 9 jan kl 23.59. Efteranmälan på tävlingsdagen vid Karlsnäsgården. Kostnad 80:-
Banor	4 olika slingor A-C: ca 1500m vardera (gul/orange) D: ca 3500m (violett)
Banordning	För dig som springer 4 banor gäller självservering från lådorna A—D
Till Start/Mål	Gemensam start kl. 10.30 Gemensam jogg från Karlsnäsgården kl 10.15 c.a 1000m väg/stig
Karta	Karlsnäs skala 1:7500.
Kontroller	Sportident med små skärmar
Varvning	Stämpla i ”varvnings enheten”
Målgång	Stämpla i MÅL-enheten
Resultat/Livelox	Kommer på Eventor
Övrigt	Dusch, bastu och toaletter vid Karlsnäsgården. Serveringen + grill på Karlsnäs är öppen!

Välkomna !