

INSTRUKTION KLUBMESTERSKABER SØNDAG I HARALDSKÆR

Kort: Haraldskær, 5 m. ækvidistance.

Målestok: Maxi 1 – 1.10.000, øvrige baner – 1:7.500

Banelængder:

Maxi 1: 6,5 km, 20 poster (H17-39 og H40-54)

Maxi 2: 4,8 km, 17 poster (D17-39, D40-54 og H55-69)

Maxi 3: 3,5 km, 14 poster (D55-69, D70 og H70)

Midi: 3,3 km, 11 poster (H13-16 og D13-16)

Mini: 2,5 km, 10 poster (H10, H12, D10, D12)

Start: ca. 300 m. vest for parkering, følg sti.

Parkering ved Kærhuset ved Haraldskær Avlsgård, Skibetvej 139, Skibet, 7100 Vejle

Tidtagning: SportIdent, medbring brik som tilmeldt i KOKpittet. Har du ingen brik, så kontakt Per Eg, 20837456. Husk at cleare inden start og at aflæse ved mål.

Start: Fristart mellem kl. 12 og 13. Kort til KOK-klubmesterskab udleveres ved start.

Tilmeldte KOK-løbere er registreret – I skal ikke registrere jer ved træningsløbets start – og heller ikke studere banerne på forhånd. Løb i stedet direkte til start. Per udleverer kort ved start, hvor det samtidig sikres at der er minimum 2 minutter mellem løbere på samme bane.

Vær opmærksom ved passage af Vejle-Bredsten-landevejen (kun Maxi 1, 2 og 3)

Mål ved parkering, der er INGEN afmærkning fra sidste post til mål.

GOD TUR