

## **Instruktion til Nytårstræningsløb I Annebjerg skov søndag den 30.12.2018 kl. 10.00**

**Mødested:** Skaverupvej, på p-plads i den sydlige del af skoven. Nærmeste adresse er Skaverupvej 16, 4500 Nykøbing Sj.

Træningsløbet vil ikke blive afviklet med Sport Ident og poster vil alene være markeret med orienteringsskærme.

Løbet er gratis for alle.

Der er 3 baner:

Lang svær på ca. 7,1 km

Kort svær på ca. 3,4 km

Let/Mellemsvær på ca. 3,1 km

Fællesstart:

Kl. 10.00 på lang og kort svær.

Kl. 10.05 på Let/Mellemsvær.

Der er butterflyposter på de 2 svære baner – Let/mellemsvær er alm. orienteringsbane

Der er ca. 50 tilmeldte til arrangementet. Det er positivt, men også dobbelt så mange som forventet og derfor opfordres der til samkørsel, da der er begrænset plads på og i umiddelbar nærhed af den lille P-plads ved skoven. Alternativt må man finde forsvarlig kantparkering i nærheden.

Vi har printet et par ekstra kort på alle baner som kan erhverves efter først til mølle princippet, hvis du ikke allerede er tilmeldt.