

RUDAN NIGHT TRAIL

PLATS OCH DATUM: 12 oktober, Rudans friluftsgård i Haninge.

NUMMERVÄST OCH CHIP: **Hämtas senast 18:30.** Ej återlämnad väst debiteras med 300:-, ej återlämnat chip med 750:-.

BANA: 6 km skogslöpning. Banan går på mycket smal stig och innehåller bitvis tuff kupering. Den är markerad med reflexer och egen pannlampa är ett måste. Kompletterande märkning med snitsel kan förekomma.

START: Herrar 19:30, damer 19:40.

VÄTSKA: Sportdryck och vatten serveras vid mål.

PRISER: Alla deltagare får medalj. Priser till de tre första i respektive klass. Utlottade priser bland övriga deltagare. Mila lottar dessutom ut en fin pannlampa bland alla deltagaren som fullföljer.

RESULTAT: Preliminära resultat på tävlingsområdet. Fullständig resultatlista på www.jordbanningarna.se

ÖVRIGT: Åk gärna med pendeltåg till Handen. Se karta på Eniro, <http://kartor.eniro.se/m/ltPcJ> Det finns även parkeringsmöjlighet vid Rudan. Det finns begränsad tillgång till omklädning, toalett och dusch.

Frågor besvaras av tävlingsledare Olle Yttermo: olle.yttermo@hotmail.com
Allt deltagande sker på egen risk.



Haninge
kommun

Olofsson Bil
FÖRETAGET MED PERSONLIGARE SERVICE

PowerBar

