

Indre Østfold OK

ØNSKER VELKOMMEN TIL

SPORT & SERIEN



onsdag 25.mai

PM

- Parkering:** I Rakkestad sentrum, ved rådhuset. 500m å gå til bygdetunet
- Start:** **Fra kl. 18.00.** Ca. 100 m å gå fra samlingsplass
- Kart:** Rakkestad sentrum, 1: 5000, 2m ekv.,, utgitt 2015
- Terreng:** Løypene vil gå i byggefelt og i liten skog omringet av bebyggelse.
- Trafikk i veien:** **Løperne må ta hensyn til trafikken og vente til det er klart på veien!**

<i>Klasser</i>	<i>Lengde</i>	
N-åpen	1,7 km	N-nivå
D/H-10	2,6 km	C-nivå
D/H11-12	2,6 km	C-nivå
D/H13-20C	2,6 km	C-nivå
D/H13-14	3,1 km	B-nivå
D/H15-16	3,7 km	A/B-nivå
D/H17-20	4,1 km	A/B-nivå

Påmelding via Eventor frem til mandag 23.mai kl. 23.59. Etteranmelding til Bente Line 90795526 eller på samlingsplass inntil kl 17.00. En tar forbehold om nok kart.

Det er lov å følge løpere i alle klasser.

VELKOMMEN!

