

# Instruktion til Vintercup 7. afdeling i Hallingskoven 22. februar 2020

## Mødested og Parkering

Svendborg Medie- og Sportsefterskole – Skårupøre Strandvej 3, 5700 Svendborg

Ingen indendørs omklædning og bad

## Baner

Bane 1. 7,8 km / 40 poster, stjerneløb

Bane 2. 6,7 km / 34 poster, stjerneløb

Bane 3. 5,2 km / 27 poster, stjerneløb

Bane 4. 3,4 km / 16 poster, stjerneløb

Bane 5. 4,8 km / 24 poster, stjerneløb

Bane 6. 2,6 km / 13 poster, almindeligt løb

Vær opmærksom på om SI-pinden kan indeholde 40/34 kontrolnumre, bane 1. og 2.

Banerne 1, 2 og 3 krydser trafikeret vej. Bane 5 krydser mindre trafikeret vej. Overhold færdselsloven – vis hensyn.

## Mål

Der er to målposter. Fra begge er der et kort stykke til brikaflæsning, 70m – 150m

Bane 1 til 5 har målpost M2

Bane 6 har målpost M

