

INSTRUKTION

Vintercup træning Slæbæk Skov

Lørdag 24. februar 2024

Kom tidligt: 1100 m til Start

Slæbæk Skov er en meget smuk og varieret skov, overvejende let gennemløbelig. Bane 1, 2 og 4 får også glæde af den stærkt kuperede sydlige del af skoven. Der er en del grøfter, men bane 3 er forsøgt lagt så de dybeste og bredeste kan undgås. Fordelen ved de mange grøfter er, at skoven er forbavsende tør omstændighederne taget i betragtning!! Det er 5 år siden, at vi sidst løb i skoven, så Ove Splittorff har lagt timer i at revidere kortet.

Mødested: Hvor asfaltvejen Slæbæk Skov krydses af skovvej, GPS 55.112541, 10.566968. Det er 500 m fra afkørsel 15 fra motorvej 9. Der kantparkeres, bedst langs sydsiden af vejen. **Herfra ca. 1.100 m til start ad den store skovvej, rød/hvid snitzling.**

Start: Der er fællesstart på bane 1,2 og 3.

Bane 1 kl. 12.30 - 7,4 km

Bane 2 kl. 12.35 - 5,4 km

Bane 3 kl. 12.40 - 3,5 km

Løbere på bane 4 og 5 og de løbere på bane 1, 2 og 3 der ikke er med i fællesstart starter i tidsrummet 12.40 – 13.30.

På bane 1,2 og 3 er der gaffelposter. Banerne er gjort lidt længere, da skoven er ret let gennemløbelig.

Poster samles ind fra kl. 15.

Der kan i begrænset omfang startes uden tilmelding (så længe der er ekstra kort).

Mål: Tidsstrimmel kan fås, banerne lægges også på O-track

Betaling: 25 kr. pr løb til MobilePay 6818FJ.

Nyd skoven. Den er smuk og rigtig god til o-løb, og vi har betalt godt for den.

Hilsen Torben K, Svendborg OK