

PM Skinkcupen 2025

Start:

Friskusstugan, OBS startstämpling.

Mål:

Friskusstugan, OBS målstämpling utanför stugan, utstämpling inne i stugan.

Tidtagning:

Sportident, endast några kontroller har SI-enheter, för de kontroller som *inte* har SI-enhet gäller handtouch. (alltså att du ska nudda vid kontrollen med handen)

Korta banan:

2,1 km, 8 kontroller "vanlig" bana. Skala 1:5 000

Mellan banan:

3,3 km "vanlig bana" skala 1:5 000 + 0,8 km "mini-OL", skala 1:2 000

Långa banan:

4,5 km "vanlig bana" skala 1:5 000 + 0,8 km "mini-OL", skala 1:2 000

Instruktioner för mellan och långa banan:

Spring banan som vanligt till kontroll 4.

Vid kontroll 4 vänder du på kartan och springer "mini-OL".

Vid målet på "mini-OL" vänder du på kartan igen och fortsätter springa din bana. Du fortsätter nu vid kontroll 5.

På kartan för "mini-OL" är de flesta stigar borttagna.

Förbjudna områden:

Respektera de förbjudna områden som är markerade på kartan.

Det är blött och halt i skogen (speciellt på klippställarna), ta det försiktigt.