

## PM OK Linnés Lång-KM söndag 17/10-04

**Samling:** Nibblavik, vid skärm efter väg 274 mellan Täby-Vaxholm, ca 10 km SO Arninge i Täby. Se karta nedan.

**Karta:** Norrkartor, reviderad 2004, bra men inte helt perfekt, något lite missvisande i framkomlighetsredovisningen samt lite ojäm i redovisningen av branter. Kartprov se nedan. Pga stor detaljrikedom, skala 1:10.000 för samtliga. Ekv. 4 m

**Terräng:** Detaljrik lättframkomlig hållmarksterräng med mestadels måttlig kupering. Skogsbilvägar och stigar i liten omfattning.

<b>Banlängder:</b> H21	16.540 m
D21, H20, H35, H40, H45	10.770 m
D20, D35, H50, H55	8.380 m
D40, D45, D50, H60, H65	6.610 m

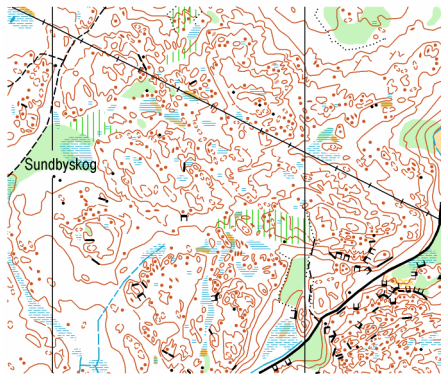
Alla banor går i slingor med varvning, **OBS! medtag egen vätska.**  
På samtliga banor finns en ”stjärna” för att sprida ev klungor.  
Löparna skall stämpla vid ”boet” i ”stjärnan” alla 3 gånger som detta passeras.

**Start:** Första start kl 10.00

**Kontroller:** Utmärkta med skärm och Sportidentenhet

**Ombyte och dusch:** Skavlötens motionsgård i Täby, 13 km bort (ca 10 min med bil)

**Kartprov:**



**Karta samling och dusch:**



**Varmt välkomna till ett av våra finaste närvildmarksområden !**

**Täby OK genom Calle Bachman (070-670 64 91)**