

PM för VETERAN-OL



västerås SOK

”Råby-Racet 2016”

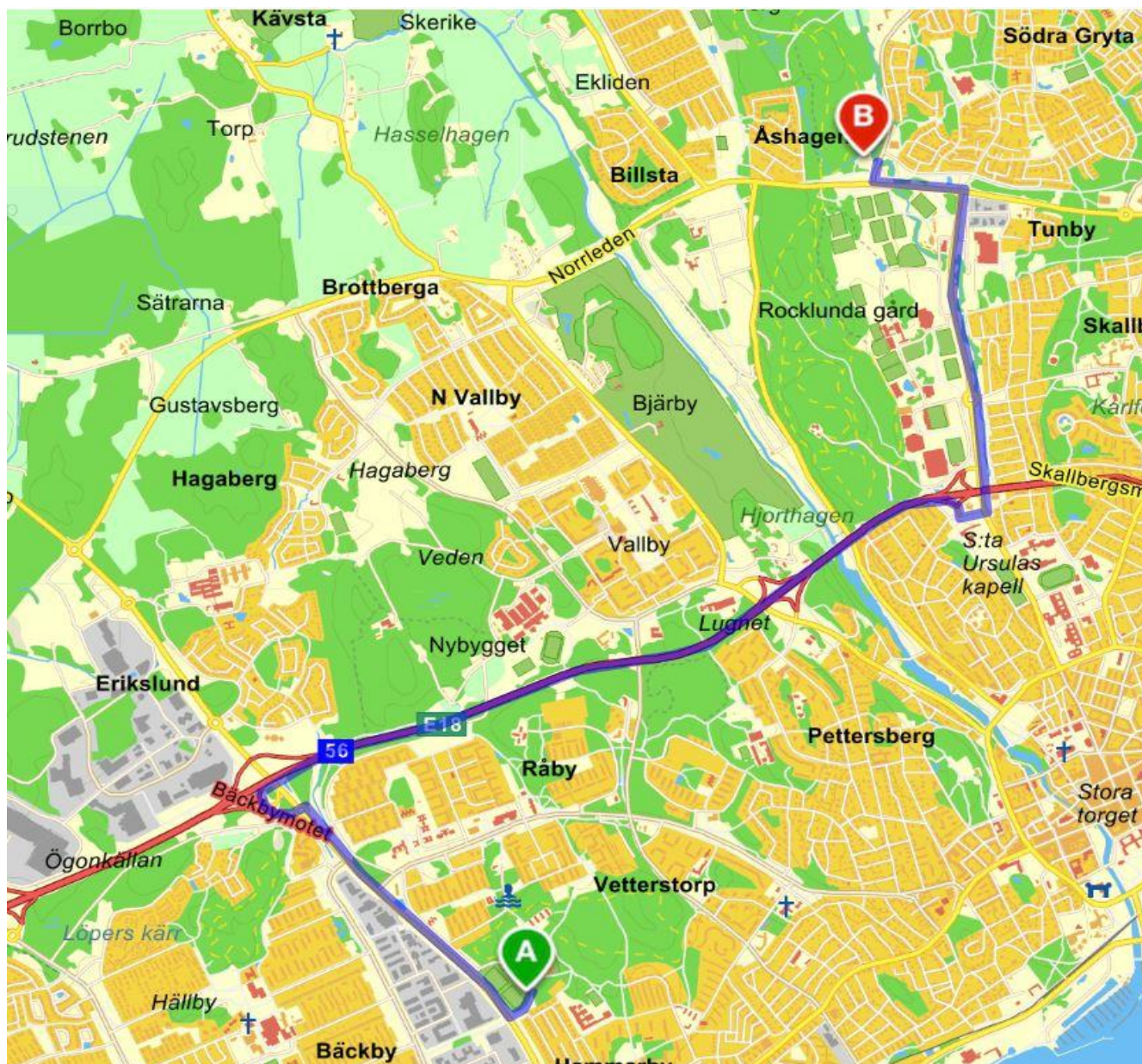
Välkommen till tävlingen torsdag 24 november

- ANMÄLAN:** Välj bana och skriv in dig på startlistan. => Betala startavgiften (50 kr). => Töm och checka SPORTident-pinnen vid Starten. (Lånepinnar finns vid Anmälan.)
OBS! – Efter avslutat lopp skall du bocka av i startlistan att du kommit i mål.
- BANOR:** A= 4 590 m; B= 3 830 m; C= 3 000 m; D= 2 410 m;
E= 1 440 m.
- KARTA:** Nyritad sprintkarta (Åke Mjöberg); Skala 1:4 000;
Ekvidistans 2,5 m.
- TERRÄNG:** ”Råbyskogen” med inslag av vägar och bebyggelse.
Rikligt med stigar i skogspartierna och god sikt.
- START/MÅL:** Fri start kl. 9.30–11.00; 300 m väg/stig till startplatsen.
300 m väg från målet till TA.
- STÄMPLING:** SPORTident. Start-, kontroll- och målstämpling.
Avläsning av SI-pinnen i Orientalen (efter målgång).
- ANGIVELSER:** Lösa och tryckta på kartan.
- OMBYTE/DUSCH:** I Orientalen. (Möjlighet till skobyte inomhus finns vid
TA Råby IP – där även överdrag kan lämnas.)
- RESULTAT/FIKA:** I Orientalen. (Vägbeskrivning TA => Orientalen – se
nedan.)

*Ha en bra förmiddag! - önskar **VSOK:s Veteraner***

Traudi Jakobsson kommer i Orientalen att ha visning och försäljning av egentillverkade, fusade glassmycken.

Vägvisning från TA Råby IP till Orientalen:



Från Råby Ip, VÄSTERÅS till Önstavägen, 1, VÄSTERÅS

9 min (7.8 km)

1. 📍 Starta riktning syd på Råby Ip, kör 174 m
2. 📍 Sväng höger in på Surahammarsvägen, kör 1.4 km
3. 📍 Ta vänster i rondellen andra avfarten. Kör in på Bäckbymotet (66), kör 3.7 km
4. 📍 Följ skylt mot Skultuna, Centrum, Rocklunda, Arenor. Håll höger och ta avfart 132 in på Rocklundamotet, kör 235 m
5. 📍 Sväng vänster in på Arosvägen, kör 118 m
6. 📍 Fortsätt in på Iggebygatan, kör 8 m
7. 📍 Följ skylt mot Västeråshallen. Sväng vänster in på Vasagatan, kör 533 m
8. 📍 Ta vänster i rondellen andra avfarten. Fortsätt på Vasagatan, kör 1 km
9. 📍 Sväng vänster in på Norrleden, kör 422 m
10. 📍 Sväng höger in på Önstavägen, kör 103 m
11. 📍 Du är framme