

# Stjärnatt 8/1



gäst

January 2 i Allmänt

På tisdag är det äntligen dax för årets första tisdags träning som börjar med en stjärnatt. Samling 17:45 i orientalen för sedan avjogg mot start som är lite drygt 1,3 km till.

Det finns 4 banor:

Korta banan 2,3 km och lite lättare svårighet

Mellan banan 4,7 km

Långa banan 7,9 km (18 kontroller)

Xtra långa banan 10,9 km (23 kontroller)

Långa banan och Xtra långa banan går bitvis genom lite mer skogsområden och lite på EL ljuspåren.

Anmälan sker på UK sidan (<https://uksidan.vasterassok.se/>) senast måndag 7/1 kl 23:59

Kom i håg:

Reflexväst

Kompass

Pannlampa

Jogging skor eller dubb/dobb skor

Efter träningen blir det dusch och bastu och sedan soppkväll. Anmäl er gärna till den i annan forum tråd.

Välkomna önskar Hanna H, Fanny, Kristina och Maja

(ps. banlängderna stämmer i år 😊)