

Mariager Fjord OK byder velkommen til efterårsstafetten 2018

Special Instruktion for Bane E - F - G - H

Startsted:	Fra stævnepladsen																
Tidspunkt:	Fri start mellem 13.46 og 14.00 Bane E får kortet udleveret 2 min. før start																
Banelængder og antal poster:	<table> <tr> <td>Bane E</td> <td>3300 m</td> <td>11 poster</td> <td>let</td> </tr> <tr> <td>Bane F</td> <td>3750 m</td> <td>17 poster</td> <td>mellemsvær</td> </tr> <tr> <td>Bane G</td> <td>4690 m</td> <td>17 poster</td> <td>svær</td> </tr> <tr> <td>Bane H</td> <td>7030 m</td> <td>20 poster</td> <td>svær</td> </tr> </table>	Bane E	3300 m	11 poster	let	Bane F	3750 m	17 poster	mellemsvær	Bane G	4690 m	17 poster	svær	Bane H	7030 m	20 poster	svær
Bane E	3300 m	11 poster	let														
Bane F	3750 m	17 poster	mellemsvær														
Bane G	4690 m	17 poster	svær														
Bane H	7030 m	20 poster	svær														
Mål:	Efter at have "klippet" sidsteposten løber du til målvognen																
Præmier:	Kun på bane E til nr. 1 – 2 – 4 – 7 – 11 - 16 Små spurtpræmier til alle deltagere udleveres i målvognen																