

# Skaraborgsklubbarnas Vintertäning den 16 nov



## **OK Klyftamo bjuder in till årets första gemensamma skaraborgsträning.**

### Plats:

Kinneulle, vid vägen upp till högkullen från Hällekis. Eller tvärt om. Parkering utmed vägen.

### Träning:

Långpass på karta. Medtag kompass o sportident. Banorna kan kortas av. Du springer själv eller i grupp.

### Banor:

Tre banor finns att välja på.

Kort	5500m
Mellan	8400m
Lång	13500m

### Start:

10.00

### Omklädning:

Kom ombytta, dusch efter i klubbstugan.

### Anmälan:

Sker på klubben online senast fredag 14/11.

Avgift 30 kr, faktureras föreningarna i efterhand.

**VÄLKOMNA**

