

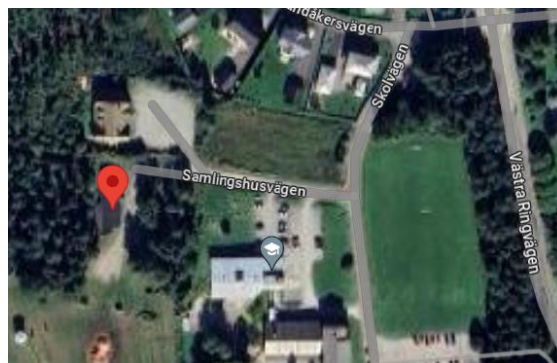
FSO träningsdag i Jakobstad lördag 9.3.2024



Tävlingscentral är Brahes bastu där det även finns dusch och omklädningsmöjligheter.

Adress:

Samlingshusvägen 4, 68620 Jakobstad



Kl. 10.00 Sprintträning. Bana A1(c 3,5 km) och bana A2(c 3,2 km). Start och mål vid centralplanen i Jakobstad. Man kan välja att jogga till starten som uppvärmning eller ta bil. Möjligt att löpa enbart A1 och komma till mål eller fortsätta och löpa A2. Emitstämpling. Ta med egna kartfodral.

På kartan finns en hel del förbjudna områden, se kartklipp.



Kl. 11.30 Lunch på egen hand i Jakobstad

Kl. 13.00 Analys av orienteringslopp (Fredric Portin). Vid brahes bastu.

Street-O Starten sker vid Jakobstads torg. Uppvärmning till torget. Kartan består av en sprintkarta med kontroller numrerade 11–15(1p), 21–25(2p), 31–35(3p), 41–45(4p) och 51–55(5p). På baksidan av kartan finns det en fråga för varje kontroll som man kan besvara då man står vid kontrollen och ser något. Tanken är att man på 30 minuter ska samla så många poäng som möjligt. Överskrider man tiden så får minuspoäng.

VÄLKOMNA!