



Holbæk OK indbyder hermed til trænings natløb i Kårup skov d. 19. oktober 2011

Startsted: Kortets sydligste parkeringsplads beliggende på Vindekilde Strandvej.
Markering på landevejen.

Starttid: Mellem kl. 19.00 - 20.00

Kontrol: Der anvendes stiftklemmer/kontrolkort.

Baner: Der er tre bane at vælge imellem:
Lang på ca. 5,5 km,
Mellem på ca. 4.6 km,
Kort på ca. 3,4 km.

Banelægger er John Jensen

For løbere fra Holbæk OK arrangeres der fælleskørsel fra klubhuset. Vi mødes 18:00 på Højen 36 i Holbæk og kører senest 18:15.

