

Træningsløb i Fruerskov, lørdag den 2. oktober 2021



Start fra kl. 10:00. Postindsamling starter kl. 11:30.

Der tilbydes følgende almindelige O-baner:

- Let/Begynder – 2.9 km
- Mellemsvær – 4.4 km
- Svær, kort – 3.6 km
- Svær, lang – 5.7 km

Der benyttes SI-enheder. Brikker og kompas kan lånes.

Der er ingen væske – medbring selv.