

O-Ringen Uppsala 2021

O-Ringen 2021 Träningspaket banförslag

Under 2020 kommer de två träningsområden som görs ihop med Hitta Ut i Uppsala att kunna nyttjas av alla. De två områdena är Hammarskog och Norra Lunsen och kontrollerna finns på den ordinarie Hitta Ut kartan och även som separata nedladdningsbara PDF:er på Hitta Ut:s hemsida. (<https://www.orientering.se/provapaaktiviteter/hittaut/upsala>).

Norra Lunsen

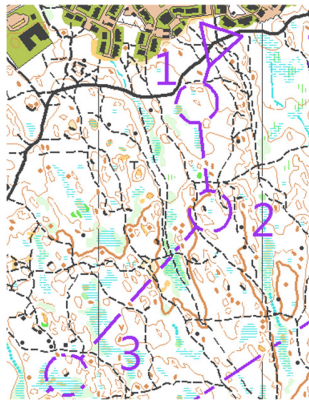
Fyra olika banförslag finns: Gul 2,5 km, Röd 3,5 Km, Blå 3,0 och Svart 5,0.

Gul 2.5		2,3 km		
▷				
1	31	≡		⊙
2	32	▲▲		⊙
3	35	▲		♂
4	33	↘	↘	
5	41	mm		
6	42	↘	↘	
7	43	mm		
8	44	mm		
9	53	▲		⊙
160 m				

Röd 3.5		3,5 km		
▷				
1	31	≡		⊙
2	34	●		⊙
3	35	▲		♂
4	36	≡		
5	39	≡		
6	41	≡		
7	40	←	●	♀
8	42	↘	↘	
9	43	≡		
10	48	●		♀
11	50	≡		⊙
12	51	mm		⊙
240 m				

Blå 3.0		3,1 km		
▷				
1	54	⊙		⊙
2	55	≡		
3	41	mm		
4	39	mm		
5	36	≡		
6	35	▲		♂
7	40	←	●	♀
8	45	≡		♂
9	52	≡		♂
150 m				

Svart 5.0		4,9 km		
▷				
1	54	⊙		⊙
2	55	≡		
3	41	mm		
4	39	mm		
5	38	∧		♂
6	37	▲		♂
7	36	≡		
8	35	▲		♂
9	40	←	●	♀
10	45	●		♂
11	46	●		♀
12	47	mm		♂
13	49	↑	●	⊙
14	52	≡		⊙
150 m				



Hammarskog

Fyra olika banförslag finns: Gul 2,5 km, Röd 3,5 Km, Svart 3,5 och Svart 6,0.

Gul 2,5		2,6 km		
▷				
1	15	≡	▲	⊙
2	14	▲		♀
3	9	↖	▲	♀
4	4	▲		♀
5	3	●		♀
6	1	↑	▲	⊙
360 m				

Röd 3,5		3,6 km		
▷				
1	16	⊙		
2	18	→	mm	
3	22	mm		
4	12	⊙		
5	11	⊙		
6	10	⊙		♀
7	6	⊙		
8	5	mm		
9	7	mm		
10	2	⊙		
260 m				

Svart 3,5		3,6 km		
▷				
1	17	≡		⊙
2	18	→	mm	
3	21	mm		
4	27	∧		
5	24	mm		
6	23	⊙		
7	13	∧		
8	10	⊙		♀
9	8	↑	⊙	
10	7	mm		
11	2	⊙		
260 m				

Svart 6		6,0 km		
▷				
1	17	↘	↘	⊙
2	18	→	mm	
3	27	∧		⊙
4	28	≡	▲	
5	29	∧		
6	30	▲		♀
7	21	mm		
8	20	↑	▲	♀
9	19	←	⊙	
10	23	⊙		
11	24	mm		
12	26	≡	▲	♂
13	25	∧		
14	13	∧		
15	10	⊙		♀
16	8	↑	⊙	
17	2	⊙		
260 m				

