

# Inbjudan till 70 + LIGAN FÅLLAN Farsta-Trångsund Juli -21.

Samling/Parkering: Infart från Magelungsvägen på Perstorpsvägen (vid Fållan), sväng sedan in efter knappa 100m på Forsfararvägen (höger) åk under Nynäsvägen och vänd sedan bilen (förslagsvis vid Strömvägen) och parkera under bron eller direkt efter längs vägen på Forsfararvägen (finns plats för minst 6-7 bilar) innan koloniträdgården [Larsboda Koloniträdgårdsförening – Google Maps](#) Annars t.ex. Pendeltåg till Trångsund eller Farsta Strand.

Kontroller: Röd tygremsa med gul kodsifferlapp syns mycket bra. Finns upplagt i Livelox.

Karta: Fållan reviderad 2020 av OK Södertörn. A4 i skala 1:4.000 ekvidistans 3m.

Kontrollbeskr. Finns tryckt på kartan.

Terräng/banor: Bitvis helt ny terräng för de flesta. SEB Orientering gjorde kartan för över 25år sedan, numera har OK Södertörn tagit över kartan. Det sitter ute ett flertal skärmar från Trångsundsskolan som (vilse) leder Er ibland men hjälper till ibland. Krävande kuperande terräng båda båda sidor om Nynäsvägen. Banorna 1 och 2 skiljer sig bara efter kontroll 13 (3st extra kontroller och en annan sträckning till kod 45). Räkna med att endast de bästa H50+ löparna kan hålla 10min/km tempo – detta delvis på grund av att det tillkommer ca: 500m på alla banor i och med rundningen norrut på slutet av banan då man springer över bäcken samt under Magelungsvägen samt såklart på att banan är starkt kuperad på ett antal ställen och på antalet kontroller är många (varning för kontrollerna 35-37 som ligger i ett svårt parti).

Banläggare: Mattias Skeppling, OK Södertörn 0708-927956

Banor: 5st banor kring 1,7-3,3km i tuff terräng. 500m extra på hemvägen (ej med i banlängden) då man rundar på asfalt under vägarna för att avsluta banan i Fållanskogen.

Bana: **1 - 3,3 km**    **2 - 2,9 km**    **3 - 2,4 km**    **4 - 2,1 km**    **5 - 1,7 km**

Kontrollerna ute: Perioden hela JULI 2021.

Avgift: Swisha 20kr.

Livelox: Ligger uppe på Livelox som Fållan JULI. Tyvärr är kartan ej 100% synkad, men nästan.... (pixlarna/upplösningen är ej helt korrekta). Men det är marginellt och man ser bra ändå.  
Länken: [Livelox - Fållan Juli, Bana 5](#)

Frågor: [mskeppet@gmail.com](mailto:mskeppet@gmail.com) eller på 0708927956 (swishnumret).

