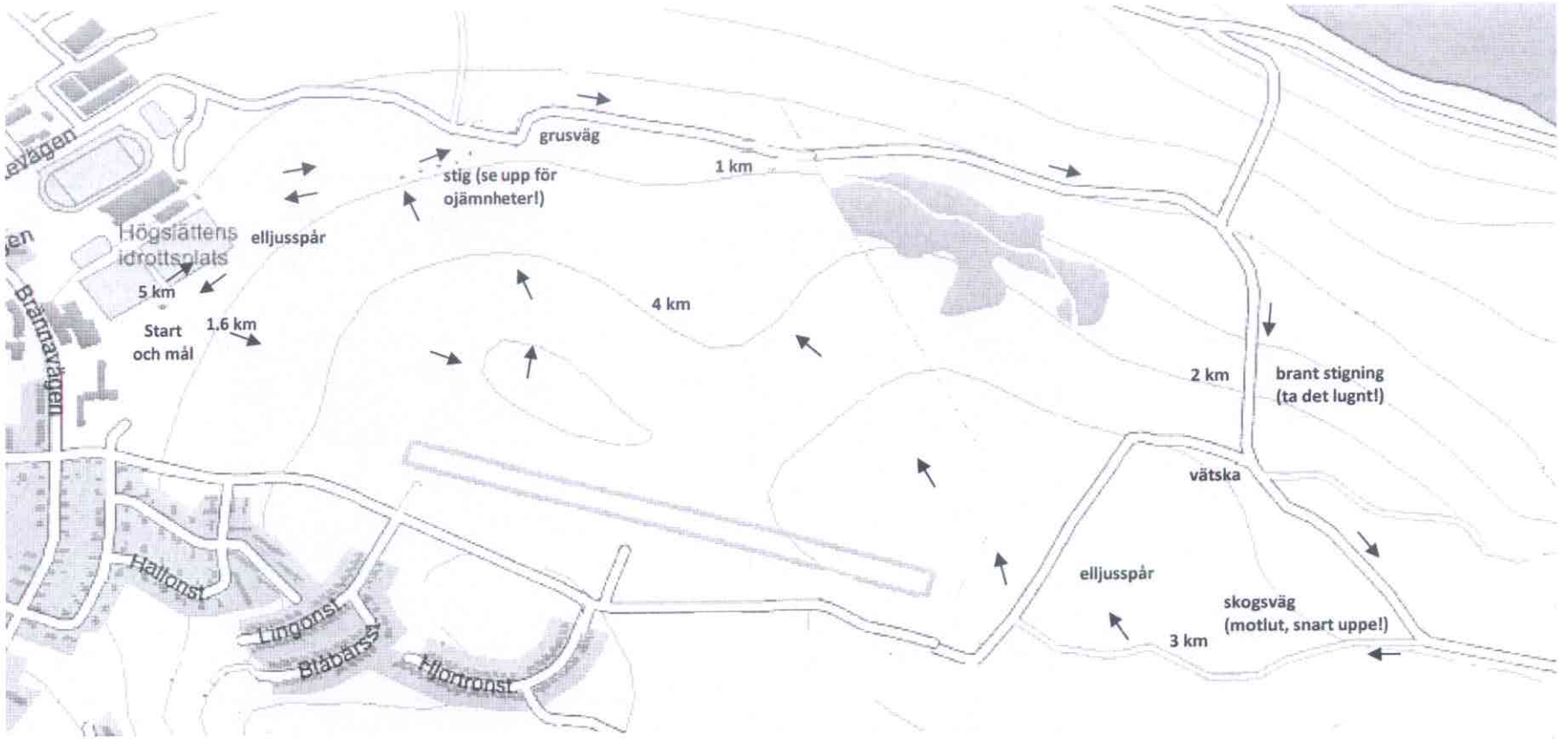
Bansträckningar Öbackalufsen



Banbeskrivning Öbackalufsen 1,6 km

0 - ca 400 m motlut

ca 600 m vänster

ca 750 m ny vänster och därefter brant utför

ca 200 före mål lätt uppför

(hela banan på elljusspår)

Banbeskrivning Öbackalufsen 5 km

0 - ca 600 m elljusspår samt stig,

ca 600 m - ca 2,6 km grusväg med en brant stigning efter ca 1,8 km,

ca 2,6 km - ca 3 km skogsväg med lättare motlut,

ca 3 - 5 km elljusspår med lättare utförslöpor samt två korta stigningar