



Tränings-PM Gränna

TRÄNINGSPAKET 1



Aktivt	Kontrollerna sitter ute 1 mars till 30 april 2026.
Banor	1) Medeldistans 6,8 km. 2) Medeldistans 4,0 km Banorna avsedda att springas på natten.
Kontroller	Utmärkta med reflekterande skärm på ställning. SI-enheter på vissa av kontrollerna.
Karta	Grännaberget. Skala 1:10 000 resp 1:7 500 Ekv 5 m Ritad 2014, totalt reviderad 2025.
Kartägare	Grännabygdens OK
Terräng- beskrivning	Måttlig kupering, stigrikt, lite sten i botten. Oftast god framkomlighet. Likt TC-nära området på 10MILA.
Vägvisning	GBOK-stugan på Grännaberget . Infart från väg 133, 200 m öster om motorvägsavfart Gränna.
Start & mål	Vid GBOK-stugan.
Dusch	I GBOK-stugan om den inte är uthyrd.
Banläggare	Jan-Olof Nyberg janyb51@outlook.com 0737-183044

För att beställa träningspaketet
fyller du i formulär på hemsidan
tiomila.se/2026/traning.

För frågor om beställning, sänd
epost till traning2026@10mila.se
eller ring 073-838 56 20.

Du som beställare uppger **för-
ening, namn, epostadress** dit
kartfilen ska skickas, **fakturerings-
adress** med en epostadress
samt **antal exemplar** av respek-
tive karta som du planerar att
skriva ut.

Vi fakturerar **80 kr** per planerad
utskrift. Efter att vi tagit emot
din beställning skickar vi kar-
tan/kartorna som pdf via epost
tillsammans med PM.

Vi vill att du som beställare även
anger under vilka dagar och
tider som ni tänkt använda er av
banorna.

Om ni ändrar era planer efter att
ni beställt kartor ska ni informera
oss via traning2026@10mila.se.
Det gäller både antal utskrif-
ter och tidpunkt.



www.10mila.se

2026
TRANÅS
2-3 MAJ