

# TEC – Täby Extreme Challenge

10-11 april, 2010

## Banbeskrivning

### Meter

- 0 Starten - sydvästra husknuten av värmestugan
- 11 Just innan värmestugans dörr
- 94 2200 m-skylden på elljusspåret
- 260 Passerar stigen där TEC2009 lämnade elljusspåret - fortsatt på elljusspåret några meter till
- 284 Lämna elljusspåret
- 340 Asfaltkanten på cykelbanan (norra lilla nedfarten)
- 375 Tunnels början
- 619 Korsande gångstig
- 722 Korsande gångstig
- 1 054 Vägkorsning - första kanten trottoaren innan
- 1 065 Vägkorsning - bortre kanten trottoaren efter
- 1 124 Delningspunkt - tag vänstra grusgångstigen
- 1 375 Delningspunkt precis innan sjön - välj höger
- 1 405 Början bron
- 1 470 Delningspunkt - håll vänster
- 1 519 Början bron
- 1 838 Början backe vid livboj - håll svagt vänster på krönet
- 1 966 Litet lusthus vid sjön
- 2 114 Fd. parkeringsyta i början på gräsytan till höger
- 2 260 Järnvägsövergång - mitt på spåret - tag vänster direkt därefter
- 2 617 Övergång till asfalt
- 2 833 Järnvägsövergång - mitt på spåret
- 2 873 Början bron
- 2 958 T-korsning - sväng vänster
- 3 096 Passage av ett rör - övre delen av förra årets översvämning
- 3 338 Husknut - i högervägg som leder till uppførsbacke - håll vänster efter backen
- 3 428 Första knuten på nästa lada på höger sida ("logen")
- 3 527 Vagg"bom"
- 4 049 Elljusspåret korsar
- 4 462 Förta benet på informationstavlan - sväng vänster in på motionsspår i fältets skogsbyn
- 4 870 Målskylt
- 4 946 Trappan på Skavlötens motionsgård - passera byggnaden på vänster sida
- 5 050 Övergång till asfalt
- 5 225 Fartgupp
- 5 419 Fartgupp
- 5 480 Delningspunkt - tag vänster in på grusstigen vid blå skylden
- 5 577 Delningspunkt - sväng vinkelrät höger
- 5 697 T-korsning med asfalt - sväng vänster just efter tunneln
- 5 798 Vägkorsning - första kanten - fortsatt svagt vänster
- 5 994 Övergångsställe - korsa här och håll därefter höger in på grusytans vänsterkant
- 6 050 Asfaltkant in på Havrevägen efter liten uppførsbacke från grusytan - håll svagt höger
- 6 411 Slutet på Havrevägen - fortsatt in på stigen

- 6 570 Delningspunkt - håll vänster
- 6 643 Anslutning motionsspår - sväng vänster
- 6 886 Delningspunkt - fortsätt på motionsspåret åt höger uppför liten backe
- 6 968 Delningspunkt - fortsätt rakt fram in på liten stig som börjar med några meter uppför
- 7 015 Delningspunkt - tag vänstra stigen
- 7 080 Delningspunkt - tag vänstra stigen
- 7 053 Delningspunkt - tag den större stigen
- 7 156 Delningspunkt - tag högra stigen
- 7 204 Korsning med liten stig - fortsätt rakt
- 7 319 Anslutning motionsspår - sväng höger uppför backen
- 7 433 En liten stig ansluter till motionsspår från vänster – fortsätt på motionsspåret
- 7 520 Lämna milspåret - sväng vänster på toppen av backen efter svackan
- 7 667 Delningspunkt - tag vänstra stigen
- 7 746 Anslutning motionsspår - sväng vänster
- 8 131 Fyrvägskorsning - Sväng vänster följt direkt av svag högersväng ut på asfalt
- 8 232 Tunnels början
- 8 297 Vägg"bom"
- 8 367 Sväng höger in på grusstig
- 8 508 Asfaltkant i svag uppførsbacke (några meter asfalt bara)
- 8 579 Vänstersväng vid anslutning till bullervall
- 8 825 Asfaltkanten efter högersväng och i liten utførsbacke några meter innan tunnelmynningen
- 8 862 Lämna asfalten - fortsätt rakt fram in i skogen efter tunneln
- 8 926 Korsning motionsspåret - sväng svagt vänster in på en stig som första metrarna är lite bucklig
- 9 012 Delningspunkt (håll vänster)
- 9 028 Korsande stig - fortsätt rakt
- 9 087 Delningspunkt - håll svagt vänster och sikta på högra kanten av stenen
- 9 112 Mitt för stenens högra sida
- 9 132 Delningspunkt - välj stigen nästan vinkelrätt åt höger
- 9 225 Liten stig vinkelrät ut åt höger - fortsätt rakt
- 9 381 Anslutning motionsspår - sväng vänster
- 9 569 Lämna milspåret - sväng vänster - upplyst på natten
- 9 614 Ansluter till elljusspåret - håll höger
- 9 869 Milspåret ansluter från höger i början av en utförslöpa - fortsätt nedför backen
- 9 924 Stigkorsning i höjd med motionsredskap - fortsätt rakt trots att Ensta Krog syns
- 9 968 Delningspunkt - tag den mindre högra stigen som lämnar elljusspåret
- 9 989 Ansluter till motionsspåren igen i T-korsning - sväng höger och sikta på Ensta Krog
- 10 037 Passage av informationstavla med klocka (kanske är klockan bortplockad)
- 10 067 Målet - sydvästra husknuten av värmestugan

Not: Banan är mätt ca 1 promille för lång enligt gällande regler för banmätning.