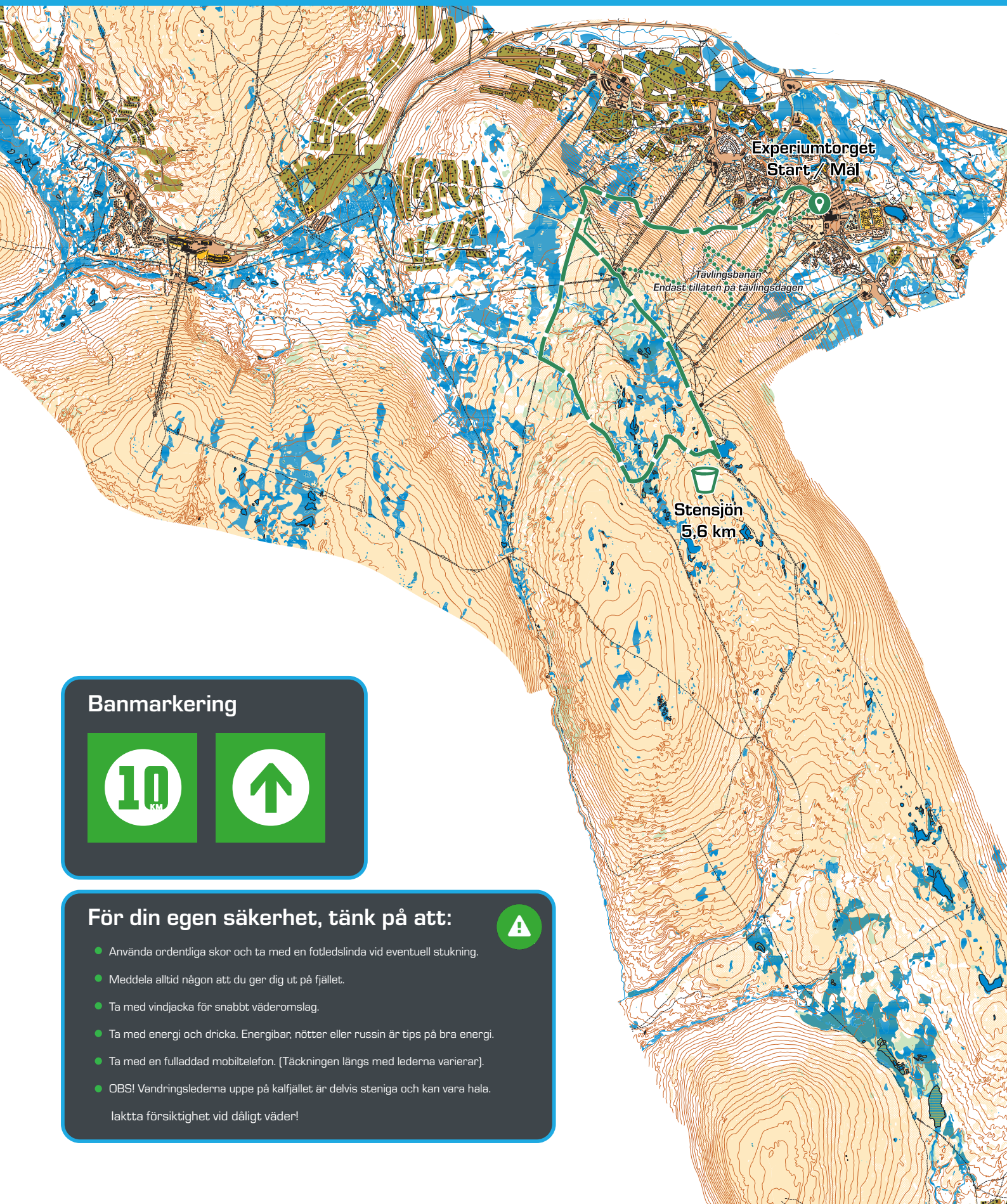


# bagheera Fjällmaraton SÄLEN

# 10 KM

320 HÖJDMETER



## Banmarkering



## För din egen säkerhet, tänk på att:



- Använda ordentliga skor och ta med en fotledslinda vid eventuell stukning.
- Meddela alltid någon att du ger dig ut på fjället.
- Ta med vindjacka för snabbt väderomslag.
- Ta med energi och dricka. Energibar, nötter eller russin är tips på bra energi.
- Ta med en fulladdad mobiltelefon. (Täckningen längs med lederna varierar).
- OBS! Vandringslederna uppe på halfjället är delvis steniga och kan vara hala.  
Iaktta försiktighet vid dåligt väder!