

Ungdomens 10-mila 2007

Årets Ungdomens 10-mila äger rum fredag 3/8 till lördag 4/8 i Istrum mellan Skövde och Skara. LOK ställer upp med fyra lag. Vi åker buss och tältar nära TC.

Nytt för i år är att HD-12 startar redan 18.00 på fredagen. Se också programmet på nästa sida.

Avfärd

Samling vid LOK-gården fredag 3/8 klockan 12.30 för packning och därefter gemensam avfärd i buss senast 13.00. Framkomst beräknas till ca. 16.00. Vi stannar på vägen för en kort fikapaus.

OBS! De som inte vill åka buss måste anmäla detta till Anders eller Jörgen.

Förläggning

Två styck militärtält på särskild förläggningsplats strax intill TC.

Lagen

HD-18	1 lag (10-12 löpare)	13 anmälda, 1 reserv
D-18	2 lag (5-7 löpare)	11 anmälda, Alla springer!
HD-12	1 lag (4-6 löpare)	6 anmälda, Alla springer!

Laguttagning finns nu på www.lok.se. Ansvariga för uttagningen (UK) är Anders Tosteberg och Torgny Faxén. De som är uttagna som reserver får såklart också åka med! Det är viktigt att du bekräftar din uttagning antingen på hemsidan eller per telefon till UK.

Tag med

Tävlingskläder och orienteringsskor, kompass, SI-pinne med snodd (om du har), pannlampa (för nattlöparna), säkerhetsnålar, sovsäck, liggunderlag, varma kläder, regnkläder, ficklampa, öronproppar, matsäck till fredag kväll och lördag morgon. Man kan köpa mat och frukost vid TC. Ta också med pengar till lunch under hemfärden på lördagen.

OBS! HD-12 laget reser lämpligen omklädda!

OBS! SI-pinnar måste vara version 5 eller lägre. Inte snabba sexan!

Hemfärd

Bussen går snarast efter målgång på lördagen (troligen vid 10-tiden).

LOK-ledare

Anders Tosteberg, Torgny Faxén, Pia Gustavsson, Per Gustås, Birgitta Engström, Jonas Detterfelt, Tomas Vångell och Jörgen Sköld. Mats Backetman kör bussen.

Sjukdom/skada

Vid sjukdom eller skada som gör att du inte kan vara med måste du snarast meddela detta till Anders Tosteberg (0730435354 eller 013-218844).

Egenavgift

Egenavgiften är 50 kronor (ledare betalar inte avgift) och skall betalas in på BG 5487-4169. Märk betalningen med Ungdomskommittén och Ungdomens 10-mila.

Har du några funderingar så hör gärna av dig till Jörgen (0707913707 eller jsk@lok.se) eller till någon av de andra ledarna.

Vi ses i bussen!



Istrums SK



IF Hagen, Skövde

inbjuder till 27:e internationella UNGDOMENS 10-MILA budkavle



fredag 3 augusti - lördag 4 augusti 2007

HD-12	HD-18	D-18
Start: 3 aug. kl. 18.00	Start: 4 aug. kl. 02.30	Start: 4 aug. kl. 05.30
Målgång: 3 aug. c:a kl. 19.00	Målgång: 4 aug. c:a kl. 08.30	Målgång: 4 aug. c:a kl. 08.00
Prel. Sträcklängder:	Prel. sträcklängder:	Prel. Sträcklängder:
<ol style="list-style-type: none"> 2,5 km dag gul 2,5 km dag vit 2,5 km dag vit (parallell) 3,0 km dag gul 	<ol style="list-style-type: none"> 5,6 km natt 5,6 km natt 4,0 km natt/gryning 4,0 km natt/gryning 7,7 dag 2,9 km dag (parallell) 3,0 km dag 3,0 km dag 6,1 km dag 6,7 km dag 	<ol style="list-style-type: none"> 4,0 km dag 4,0 km dag 2,9 km dag (parallell) 2,9 km dag 6,1 km dag
Inga spridningsmetoder.	Spridningsmetoder förekommer på sträckorna 1–2, 3–4 och 7–8. Sträcka 1, 2, 5, 9, 10 är violett 6, 7, 8, är gul och 3, 4 är röd	Spridningsmetoder förekommer på sträckorna 1 och 2. Sträcka 1, 2, 5 är violett, 3, 4 är röd.

**Vi utser "världens" bästa ungdomsförening för för rena klubblag 2007.
Placeringen i de 3 klasserna läggs ihop.**

<p>Parallellsträckor: Sträcka 3 i HD-12 och D-18 samt sträcka 6 i HD-18. Sträckan får löpas av 1–3 löpare per lag, som samtliga går ut, när föregående löpare kommer till växel. Samtliga startande på sträckan springer tillsammans till startpunkten. Den förste i laget, som avverkat parallellsträckan, växlar över till nästa sträckas löpare på vanligt sätt. Sträcktiden på parallellsträckan räknas bara på den löpare som växlar först men alla räknas med i laget.</p> <p>Lagsammansättning: Kombinationslag enligt SOFT regler medges. Använd reglerna enligt intentionen att så många som möjligt skall kunna få delta. Löpare får bara delta i en kavle.</p> <p>Startavgifter: HD-12: 240 kr/lag. D-18: 500 kr/lag. HD-18: 900 kr/lag. Kvalitetshöjande arrangörsinsatser: Extra påkostad arena, kartbyte, extraordinär speakerservice, onlinekontroller, utökad resultat-service.</p> <p>Anmälan: Oss tillhanda senast 25 maj. Anmälan ska ske via vår hemsida eller på förtryckt blankett. Anmälan är giltig först då avgiften registrerats på pg 46 79 71-8. I avgiften ingår 3 löpare på parallellsträckorna. Utländsk inbetalning skall ange IBAN: SE46 9500 0099 6042 0467 9718 och BIC: NDEASESS</p> <p>Lagsammansättning: HD-18 och D-18 lämnas till tävlingsexp. senast kl. 21.00 fred 3 aug. För HD-12 gäller senast kl. 16.00 fred den 3 aug.</p> <p>Efteranmälan: Mot 50 % förhöjd avgift senast 1 aug. (+120 kr, +250 kr,</p>	<p>Karta: Skala 1:10 000, ekv. 5 m. Ritad år 2004 Kartritare Göran Larsson. Reviderad 2007.</p> <p>Samling: Istrum. Följ vägvisning från väg 49 mellan Skövde och Skara.</p> <p>Service: Förläggning - TC max 500 m. Till dusch 200 m, toa c:a 200 m. Servering på TC av rejäl mat för frukost och middag. Meny kommer att presenteras på hemsidan närmare tävlingen. Kioskförsäljning av fika, korb och godis samt sportförsäljning</p> <p>Priser: HD-12, HD-18, D-18; trettio lagplaketter. Plakett till alla löpare i de första tio lagen i varje klass. Hederspriser.</p> <p>Förläggning: Öppen från fredag 3 aug kl 12.00. Hyrda tält ska vara utrymda lördag kl 14.00. Bilar till tältcampen ställs på separat parkering. Bilar får bara finnas på husvagnscampingen. Rutor om 8 x 8 m kostar 350 kr/st. Ett antal militärtält, för max 20 pers kan hyras uppställda för 850 kr/st, inkl. campingruta. Förening som ej kan tilldelas tält meddelas. För bokningsändringar efter 1 juli debiteras 100 kr.</p> <p>Vindskydd: Rutor cirka 5 x 3 m max 200 m från TC 200 kr/st.</p> <p>Tävlingsexpedition: Vid TC, öppen från fred 3 aug kl. 13.00</p> <p>Tävlingsledning:</p> <p>Tävlingsledare: Anders Eriksson 0500-42 39 45</p> <p>Banläggare: Uno Magnusson</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

+450 kr). Görs på vår hemsida

Elektronisk stämpling:

SportIdent tillämpas. *OBS! Brickversion sex och sju kan ej användas.* Vid brickhyra tillkommer 80 kr /lag. Minst 4 brickor/lag erfordras.

PM och startlista:

Presenteras på hemsidan senast 1 juli.

Terrängbeskrivning:

Terrängtyp – Kulturmark och fritidsområde med rikt stig- och vägsystem. Sankmarker förekommer i begränsad omfattning.

Kupering – Svag till måttligt kuperad terräng.

Framkomlighet - God, men delvis begränsad framkomlighet i form av hygen, grönområden och röjningar.

Bankkontroll: Utses av VOF

Tävlingskontroll: Utses av VOF

Upplýsingar:

-Dagtid: Hemsidan och e-mail

-Kvällar: Tävlingsledarna

Adress: IF Hagen, Snövägen
541 33 Skövde

Hemsida: www.u10mila.se

Email: u10mila@ifhagen.com

Välkomna!