



12-14 OKTOBER

Allt är nästan som det brukar vara...

- TIDER** Avresa fredag från Åbymoskolan kl.16.45.
Hemkomst på söndag kväll. Direktresa hem utan matuppehåll, så se till att det finns mat som väntar på dig när du kommer hem.
- RESA** Vi åker med buss.
- BOENDE** Vi bor i Bjursås IK:s klubblokal i Bjursås ca 3,5 mil från tävlingsplatsen.
OBS! Övernattning sker på hårt underlag, medtag luftmadrass eller dylikt.
- TÄVLING** Tvåmannalag (=patrull) med 2-mannastafett och ultralång patrulltävling.
Speaker och ljudfixare som håller stämningen på topp.
- KLÄDTÄVLING** På Dala-dubbeln brukar många vara utklädda, speciellt vid söndagens patrulltävling.
Av tradition kommer naturligtvis många även i år att vara utklädda. Vi ska givetvis utse OKK-resans bäst utklädda par. Välj en utklädning som inte hindrar löpningen i skogen.
Man behöver inte klä ut sig – det är frivilligt.
- KLASSER** H10, D10, H12, D12, H14, D14, H16, D16, H18, D18, H20, D20.
- DELTAGARE** Daladubbelresan ställer stora krav på att man själv kan ta hand om sig själv och sin utrustning. Dalarna kan i oktober vara både blött, blåst, snöigt och kallt. Man bör ha orienteringsvana i sin åldersklass, vilket speciellt gäller för HD10 och HD12.
H10/D10 skall ha med förälder eller annan vuxen som intar föräldrarollen.
- ANMÄLAN** senast **onsdag 26 september** till:
Peter Berggren: pberggren@telia.com 011-66563
OBS! Ni ska **inte** anmäla er till tävlingen på Dala-dubbelns hemsida.
- ALLERGIER** Skicka ett mail till Peter Berggren och meddela vilka allergier du har.



DETTA INGÅR I ANMÄLAN: Ange om det är något av detta som ni inte vill utnyttja !

Medeldistansstafett (lördag) och Ultralång patrulltävling (söndag)

Resa med OK Kolmårdens buss och boende på OK Kolmårdens förläggning i Bjursås

Frukost på förläggningen i Bjursås (lördag och söndag.)

"Ta-med-mackor" till tävlingen (lördag och söndag)

Fältlunch vid avresa från tävlingen (söndag)

KOSTNAD

Egenavgift 350 kronor (inklusive söndagens fältlunch 75 kronor). Faktura kommer från OKK-kassören.

Dessutom ska alla under resan själva betala:

Mat vid vägkrogstopp (McDonalds) på fredagskvällen (alt. medhavd matsäck)

Middag på restaurang/pizzeria i Falun på lördagskvällen.

Ev. mellanmål (utöver "Ta med mackor") på tävlingen.

HITTA LÖPARE

Lagmedlemmarna behöver inte tillhöra samma klubb, men naturligtvis söker man oftast i första hand efter en lagkompis i den egna klubben.

Det är en fördel om löparna har ungefär samma löpstyrka eftersom man ska springa "ultralångt" tillsammans på söndagen.

I första hand fixar man själv (eller med hjälp av förälder) sin lagkamrat.

Kontakta oss om ni behöver råd och hjälp.

ATT BILDA LAG (=PATRULL) TILLSAMMANS MED LÖPARE FRÅN ANNAN KLUBB

Kontakta oss! Bestäm vilken av klubbarna som ska anmäla patrullen!

Bestäm hur ni vill resa och bo. Om båda klubbarna ordnar resor till Dala-dubbeln är det vanligt att var och en åker med sin klubb. Vi har tidigare haft lagmedlemmar från andra klubbar som har fått plats på OKK-resan. Det kan då bli en mindre extra kostnad för icke OKK-medlem. Avgifter för lagkamraten läggs normalt på OKK-medlemmen. OKK-medlem som väljer att resa med annan klubb får normalt själv stå för reskostnad och logi.

UTRUSTNING

Sedvanlig orienteringsutrustning, men med extra tanke på två dagars tävling i tufft klimat:

T.ex. dubbel uppsättning av strumpor m.m. Underställ, extratröja, vantar och mössa är obligatoriskt att ha med för att springa i vid behov.

Överdrag och varma ombyteskläder, mössa, vantar, tröja och regnkläder. Skor/Kängor/Stövlar som klarar kyla och väta.

Patrullens anmälda Sportidentpinnar!

Sovsäck, luftmadrass, kudde, duschhandduk och toalettartiklar för övernattnig.

TÄVLINGSINFORMATION

SI-PINNAR: Båda löparna ska ha SI-pinne.

ÖPPNA KLASSER finns både lördag och söndag.

ARRANGÖRENS HEMSIDA: www.daladubbeln.se

Boka in höstens höjdpunkt med OK KOLMÅRDEN !