



INBJUDAN

10MILA 2015

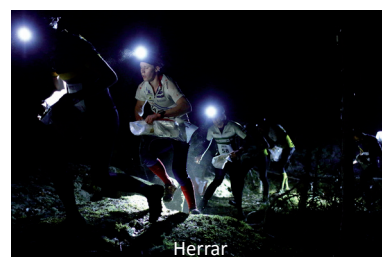
Skepptuna Uppland



Ungdom



Damer



Herrar

Orienteringens budkavleklassiker 70-års jubileum 9-10 maj

På uppdrag av Föreningen Tiomilakavlen hälsar arrangörsklubbarna tävlande, ledare, funktionärer och publik välkomna till 10MILA-helgen 8-10 maj 2015.

Jubileum med den 70:e 10MILA kavlen, 39:e damkavlen och 24:e ungdomskavlen avgörs vid Ekbackens motorstadion, Skepptuna, 15 km nordost om Arlanda flygplats. Helt nytt tävlingsområde. 1945 arrangerades 10MILA för första gången och är sedan dess en idrottsklassiker.

Jungfrulig mark, aldrig tidigare karterad för orientering. Kulturmark och skogsmark med svag kupering och detaljrika höjdparter. Banor med klassisk rak "långa natten" och en lång sträcka i övriga budkavlar.

www.10mila.se

 #tio15

SAMLING/ARENA

10MILA 2015 avgörs i Skepptuna med arenan på Ekbackens motorstadion 15 km nordost om Arlanda. Vägvisning från väg 273, samt från väg 77 i korsningen med väg 273.

15 km nordost om
Stockholm-Arlanda flygplats

RÄTT ATT DELTA

Vi tillåter även lag med tävlande som inte är medlem i SOFT-förening. Om det finns några i laget som är medlemmar i en SOFT-förening i ett sådant lag så ska de ha tillstånd från sin klubb för detta.

KOMBINATIONSLAG och KAVLEBANK

Får ni inte ihop egna lag inom klubben så vill vi påminna om möjligheten till kombinationslag enligt SOfTs regler. En kavlebank kommer att finnas på www.10mila.se där löpare kan söka lag och där lag kan söka löpare.



KLASSER

UNGDOMSKAVLEN

Start: Lördagen den 9 maj kl. 11:00.

Målgång: Cirka kl. 13:00.

Omstart: Preliminärt kl. 14:00.

- Ålder upp till och med HD16.
- Minst två sträckor ska i sin helhet besättas med flickor.
- På sträcka 2 och sträcka 3 är det tillåtet att ha två löpare.

Vi påminner om möjligheten att ordna kombinationslag för de klubbar som inte får ihop egna lag. Det kommer även att finnas en kavlebank på www.10mila.se

Sträcka	Gaffling	Svårighet	Prel. banlängd*
1	Ja	Orange	4,9 km
2	Nej	Gul	3,7 km
3	Ja	Orange	4,8 km
4	Ja	Orange	6,2 km

* Cirka 250 meter snitsel ingår i banlängden.

DAMKAVLEN

Start: Lördagen den 9 maj kl. 14:30.

Målgång: Cirka kl. 18:30.

Omstart: Preliminärt kl. 19:00

Sträcka	Prel. banlängd*	Gaffling
1	7,5 km	Ja
2	6,0 km	Ja
3	7,0 km	Ja
4	10,5 km	Nej
5	8,5 km	Ja

* Cirka 500 meter snitsel ingår i banlängden.

10MILA-KAVLEN

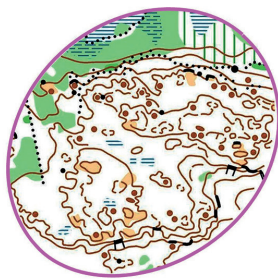
Start: Lördagen den 9 maj kl. 21:30.

Målgång: Cirka kl. 07:45 söndag.

Omstart: Preliminärt kl. 09:00.

Sträcka	Prel. banlängd*	Gaffling	Övrigt
1	13,0 km	Ja	Skymn/ Natt Sol ned 21:02
2	10,5 km	Ja	Natt
3	16,5 km	Nej	Natt
4	8,5 km	Ja	Natt
5	11,0 km	Ja	Natt
6	7,5 km	Nej	Natt
7	10,5 km	Ja	Gryning/Dag Sol upp 04:25
8	12,5 km	Ja	Dag
9	8,5 km	Nej	Dag
10	17,5 km	Ja	Dag

* Cirka 500 m snitsel ingår i banlängden



DELTAGANDE I FLERA KLASSER

- Det är tillåtet för flickor som sprungit Ungdomskavlen att delta i Damkavlen och 10MILA-kavlen.
- Det är tillåtet för pojkar som sprungit Ungdomskavlen att delta i 10MILA-kavlen.
- Det är tillåtet för damer som sprungit Damkavlen att delta i 10MILA-kavlen.
- Det är INTE tillåtet att delta mer än en gång i samma klass.

10MILA ÖPPNA MOTIONSBANOR

Fredag och lördag

Anmälan på 10MILA-arenan

OBS! Ingen föranmälan

Banorna går i ett annat område än 10MILA och har start och mål ca 1000 meter från Arenan.

Starttider

Fredag 8 maj kl. 15:00–23:00, dag och natt.

Lördag 9 maj kl. 09:00–18:00.

Klassindelning

Sju olika banor erbjuds under tävlingsdagarna:

ÖM1, ÖM3, ÖM5, ÖM7, ÖM8, ÖM9, ÖM11.

Banlängder enligt SOFT-anvisning TA 301.

Ungdoms- och vuxenbanor går i delvis skilda områden.

Söndag:

Anmälan görs via Eventor och kan även göras på 10MILA-arenan i mån av tillgång på kartor.

Starttider

I samband med omstarten i 10MILA-KAVLEN (preliminärt kl 09:00)

Klassindelning

Du kan välja valfri sträcka i UNGDOMSKAVLEN, DAMKAVLEN och 10MILA-KAVLEN. För de sträckor som är gafflade i respektive kavle kommer en bana/sträcka att vara tillgänglig.

KARTA

Skala 1:10 000 för samtliga budkavlar. Ekvidistans 2,5 m. Offsettryckt 2015. Ritad 2013-2015 av Per Bengtsson och Kenneth Kaisajuntti.

Öppna banor

Skala 1:10 000. Ekvidistans 2,5 m. Ritad 2013.

Reviderad 2014-2015 av Christer Eriksson.

TERRÄNGBESKRIVNING

Kavlarna Terrängtyp:

Skogsmark med ett mindre antal vägar och stigar som inte är sammanhängande. Kulturmark förekommer framförallt i utkanten av tävlingsområdet med mycket öppen mark. Området har ett aktivt skogsbruk varav inslag av gallringsskogar, tätskog och hyggen förekommer i hela tävlingsområdet. Detaljrika höjder, dock varierar detaljrikedomen mycket i hela området.

Kupering: Svagt kuperad terräng.

Framkomlighet: God framkomlighet. Förutom de områden med tät skog som är redovisade på kartan. Området har endast ett fåtal mindre sankmarker. Höjdpartierna är ofta mycket lättlöpta berghällar.

Öppna motionsbanor

Skogsmark med få vägar och stigar. Kuperingen är svag till måttlig. Framkomligheten är generellt god, utom i de på kartan med grönt markerade partierna. Vegetationen består mestadels av barrskog i varierande ålder.

TRÄNINGSPAKET

Flera olika träningspaket finns tillgängliga fram till tävlingen. För mer information samt bokning, se hemsidan: www.10mila.se.

LAGÄNDRING

Laguppställning skall anmälas via Eventor. Sista tid för ändring via Eventor är 8 maj kl. 21.00. Detta gäller samtliga klasser.

STARTPOSITION

Startnummer följer placeringar i 10MILA 2014 för de 100 bästa lagen i Ungdomskavlen och de 150 bästa lagen i Damkavlen och 10MILA-kavlen. För övrigt gäller att tidig anmälan ger lägre startnummer.

STÄMPLINGSSYSTEM

Sportident kommer att användas i samtliga kavlar och Öppen Motion

OBS! Användandet av bricktyperna SI5 och SI8 på sträckorna 3 och 10 i 10MILA-kavlen är inte tillåtet och kommer medföra diskvalifikation i de flesta fall då antalet kontroller på sträckan är fler än vad brickan klarar av.

ANMÄLAN OCH BETALNING

Anmälan görs via Eventor senast måndag 16 mars 2015. Därefter gäller efteranmälan, se nedan. Detta gäller såväl lagenanmälan, hyra av SI-pinnar som boendeplats (boendetält, vindskydds-, tält-, husvagns-, samt husbilsplatser).

Anmälan registreras först efter att samtliga avgiftsinbetalningar har kommit arrangören tillhanda. För sent inkommen betalning eller utebliven betalning behandlas som en efteranmälan. Utebliven betalning medför startförbud. Anmälan anses bindande en vecka efter ordinarie anmälningsutgång.

EFTERANMÄLAN

Anmälningar och betalningar i perioden 17 mars-13 april medför förhöjd avgift med 50% (se tabell "Avgifter") Anmälningar och betalningar i perioden 14 april-29 april medför förhöjd avgift med 100% (se tabell "Avgifter")

BETALNING

Betalning i Sverige

Betalningsmottagare: O-RINGEN i Uppland

Bankgiro (BG): 205-8014

Ange klubbnamn vid betalning

Betalning från utlandet

Betalningsmottagare:

O-RINGEN i Uppland c/o C-A Malmberg,

Runmästarvägen 5, S-18772 Täby

IBAN: SE 64 6000 0000 0008 4113 8478

BIC: HANDSESS

Bank: Svenska Handelsbanken

Ange klubbnamn vid betalning.

Valuta SEK, betalning accepteras endast i svensk valuta. Eventuell valutatransaktion/differens belastar betalningsgivaren.

Har betalningen gjorts 24 april-7 maj ska bankkvitto på betalningen visas upp vid uthämtning av klubbkuvert. Endast kopia på betalningsorder godtas ej. Kuvertet kan i undantagsfall uthämtas enligt regler för förhöjd avgift 100% mot kontant betalning.

10MILA-ARENAN

10MILA upplevs bäst på plats vid arenan. Vi erbjuder en arena med mycket hög service och stor gästfrihet. 10MILA-arenan är publikvänligt anpassad med storbildsskärm där hela tävlingen kan följas, samt i övrigt mycket avancerad arenaproduktion. Ola Jodal speakerteam är en garant för förstklassig underhållning.

SERVICE PÅ ARENAN

Kiosker och mattält med varm mat. Varmdusch, toaletter, bastu, sportförsäljning, första hjälpen och storbildsskärm finns tillgängligt på arenan.

Inflyttning på arenan kan ske från fredag kl. 13.00 då toaletter öppnas. Duschmöjligheter finns från fredag. Samtliga servicefunktioner med kiosk- och mattält i begränsad omfattning från fredag och full service öppnar från lördag.

TÄLT- OCH BOENDESERVICE

Boende- och tältplatsalternativ erbjuds på 10MILA-arenan och beställs via Eventor (priser, se tabell "Avgifter")

Boendetält (fredag-söndag): Uppvärmda tält i sektioner med eller utan golv cirka 300 meter från arenan. 3x5 meter, cirka 10 personer/sektion (kan bokas i en eller flera sektioner).

Vindskyddsplatser: 5x5 meter vid arenan.

Husbil och tält/husvagnsplatser (fredag-söndag):

På gräsyta cirka 600 meter från arenan.

LOGIFRÅGOR

För samtliga frågor rörande logi under 10MILA-veckan hänvisas till e-post logi2015@10MILA.se

PARKERING BIL OCH BUSS

Bilparkering på anvisad plats, 500-900 meter från arenan. Bussar som önskar parkering i anslutning till arenan (upp till 5 km) måste föränmäla det till rune.thuren@telia.com 070-6395765

10MILA-TV

Hela 10MILA sänds på webb-TV. Boka sändning via hemsidan 10MILA.se och följ 10MILA-dygnet hemma i TV-soffan eller via mobilen. Pris 195 kr.



ANMÄLNINGSavgifter MED MERA (SVENSKA KRONOR/SEK)

	Betalningsdatum senast			
	16 mars	13 april	29 april	efter 29 april
Lagändringsavgift/lag och ändring				200
10MILA-kavlen	4200	6300	8400	
Damkavlen	2100	3150	4200	
Ungdomskavlen**	450	675	900	
Öppna banor vuxna				120
Öppna banor ungdom				70
Öppen bana omstart 10MILA	200	240	240	240*
SI-pinnar stafettlagen (per pinne)	50	75	100	100
SI-pinnar Öppen bana (per pinne)				50
Vindskyddsplats 5x5 m	550	775	1100	1100
Husbilspäls 5x5 m	400	600	800	
Tält/husvagn + bilplats 10x10m	800	1200	1600	
Tältplats 5x5 m	550	775	1100	
Boendetält ca 15 m2 lördag-söndag	4500	5500	5500	
Extra natt fredag-lördag	1500	1500	1500*	
Golvtrall	1500	1500	1500*	
Boendeplats tält "sovsal" per natt	650	650	650*	
Streaming TV hemma				195
Bil- och ev buss- parkering ingår i anmälningsavgiften				

* Kan tillgodose om det finns något kvar

** Ingen extra kostnad vid dubbling av löpare på sträcka 2-3 i Ungdomskavlen.

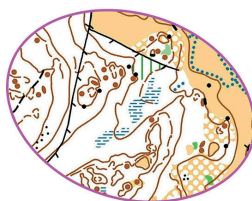
PRESS/MEDIA

Anmälan för pressackreditering och andra önskemål görs på särskild blankett. Senast 28 april: press2015@10MILA.se Presskontakt: Per-Olof Svensson 070-5682320 per-olof@lannaif.se

MER INFORMATION

För ytterligare information, nyheter om tävlingen och aktuella 10MILA-frågor, se hemsidan 10MILA.se. Där publiceras också ett PM med kompletterande information för tävlande, ledare och publik i god tid före tävlingshelgen.

Kansli/Expedition finns öppen och bemannad onsdagar kl 14:00-19:00 i Golf4Golfers lokaler (Vallentuna Golfklubb) fram t o m april telefon +468 514 30 560. Därefter flyttas expeditionen till 10MILA-Arenan.



www.10mila.se

 #tio15

VÄLKOMNA!

Föreningen O-ringen i Uppland



L-100 IF, Länna IF
OK Borgen, OK Enen
OK Linné, OK Rodhen
OK Roslagen, Rånäs OK
Sigtuna OK
Vallentuna-Össeby OL

HUVUDFUNKTIONÄRER

Generalsekreterare Gerhard Lilliestierna

info2015@10MILA.se 070-2868676

Tävlingsledare Sören Eriksson

tavling2015@10MILA.se 076-1178455

Biträdande tävlingsledare Peter Brunnberg

Peter.brunnberg@tele2.se 070-3235727

Ekonomi Carl-Arne Malmberg

ekonomi2015@10MILA.se 070-6706917

Tävlingskontrollant Helena Dominique, OK Enen

Banläggare

Boris Andersson, Rånäs OK

Roger Tynell, Rånäs OK

Gunnar Högberg, Rånäs OK

Bankkontrollant

Bert-Arne Bengtsson, Långhundra IF

Lars Roos, 10MILA-föreningen

Representanter Föreningen Tiomilakavlen

Lars Gerhardsson, lars.gerhardsson@10mila.se

Per-Arne Forsberg, per-arne.forsberg@10mila.se

Martina Sundberg, martina.sundberg@10mila.se

Tävlingsjury

Ordförande/sammanställande:

Per-Arne Forsberg, 10MILA-föreningen

Ungdoms-kavlen

Representant från 10MILA 2016 Falun/Borlänge

Hans Carlstedt, Sävedalens AIK

Maria Von Schmalensee, Attunda OK

Dam-kavlen

Representant från 10MILA 2016 Falun/Borlänge

Olle Olofsson, Kungälv OK

Monica Roos, Attunda OK

10MILA-kavlen

Representant från 10MILA 2016 Falun/Borlänge

Ingemar Gunnarsson, Lerums SOK

Per-Ove Melinder, Tullinge SK

I övrigt finner ni kontaktuppgifter till ansvariga funktionärer via hemsidan 10MILA.se.