



IFK Lidingö SOK inbjuder till nationell medeldistansorientering på Lidingö måndagen den 6 april 2015



Huvudklasser

D/H10-90

D/H12-16 kort (även som patrull)

Utvecklingsklasser (för ungdomar)

U1, U2, U3, U4

Öppna Motionsklasser

ÖM 1 (vit), ÖM 3 (gul)

ÖM 5 (röd), ÖM 7 (blå)

ÖM 8 (svart)

Inskolningsklass

UP	Ingår i StOFs UP-serie (ungdomspriser).
Ungdomsaktivitet	Liksom tidigare år ordnar vi en extra aktivitet för yngre ungdomar. Ingen föranmälan eller kostnad. Start 9.30-13.00.
Banlängder & profiler	Enligt SOFT:s tävlingsregler. Se www.ifklidingo.se
Anmälan	Via Eventor. Anmälan senast söndagen den 29 mars. Deltagare med eget Sportidentnummer anger detta vid anmälan.
Efteranmälan	Senast onsdagen den 1 april via Eventor.
Direktanmälan	I Öppna -, Utvecklings- och Inskolningsklasser till ordinarie avgifter. Fri starttid kl 10.00-12.00.
Avgifter	Ungdom t o m 16 år 70:-. För UP-klasserna D/H12-16 (även kort) 75:-. Övriga 115:-. Efteranmälan plus 50%. Avgift för Sportidentbricka 30:- tillkommer för de deltagare där bricknr. inte angivits eller som hyr. Avgifterna till klubbanslutna faktureras i efterhand.
PM, Startlista, Resultat	På Eventor samt länkat från vår hemsida www.ifklidingo.se .
Arena	Käppala skola.
Kollektivtrafik	Buss 21 (snabbast), 21X och 201 från Ropsten till Brevik station. Därifrån 500 m promenad till Arenan.
Samling Bilar	Gåshagaleden via S. Kungsvägen, 8 km från Ropsten.
Parkering	Upp till 500 m från Arenan. Begränsade P-möjligheter. P-avgift 30:-. Värna om miljön – åk kollektivt eller samåk!
Start	Första start kl 10.00. Lottad start för tävlingsklasser.
Stämplingssystem	Sportident används i samtliga klasser.
Karta	Långängen, ritad 2011, reviderad 2015. Skala 1:10.000. För D/H60 och äldre 1:7.500. 4 m ekvidistans.
Terräng	Måttligt kuperad terräng. Viss öppen kulturmark. Mestadels god framkomlighet. Stigrikt.
Priser	Start i Lidingöloppet 2015 till segrarna i klasserna D/H10-21. Ytterligare priser i ungdomsklasserna. Utlottningspriser.
Service	Barnpassning inomhus och Miniknat kl 9.30-13.00. Omklädning och dusch inomhus. Marka med sedvanligt sortiment och grill. Sportförsäljning. Sjukvård.
Tävlingsledare	Øystein Kvaal Østerbø, tel 076-593 78 51, info@ifklidingo.se
Bitr tävlingsledare	Mikael Tarandi
Tävlingssekreterare	Ulric Carlsson, tel 0708-59 38 88
Banchef	Fredrik Johansson
Ban-/tävlingskontrollant	Martin Larbo

Varmt välkomna till en härlig Annandag Påsk på Lidingö!