



UNGDOMSSTAFETT NATIONELLA TÄVLINGAR

www.u10mila.se

Fotskäl
2-3 augusti 2024

PM

U10milas värdegrund

- Barn- och ungdomsidrott skall bygga på lek och glädje
- Föräldrar och ledare hejar på alla
- Barn och ungdomar är inte små elitidrottare
- Funktionärer är ideella

Arena

Björkliden, Fotskäl

Vägvisning från väg 41 i Björketorp och väg 156 vid Hjorttorp samt från väg 1062 efter Tostared riktning österut. Följ skyltar "u10mila". Läs mer i PM Trafik.

Koordinater:

- GPS: 57.474174, 12.468882
- W3W:///konsekutivt.timmerstock.bekräfta

Följ rödvit snitsel /skyltar från parkering samt camping till arenan. **Respektera vägvisningen** för kringliggande boendens skull. Parkering är på samma område som campingen, avståndet varierar mellan ca 600 m. Följ parkeringsvakternas anvisningar. Parkeringsavgift 25 sek.

Informationstältet

Informationstältet är öppet från fredag kl 13.00.

Lagkuvert & Klubbkuvert

Laguppställning skall vara ifylld i Eventor senast kl 12.00 fredagen den 2 augusti.

Utlämning av lagkuvert sker endast om laguppställning är inlämnad och betalning är fullgjord.

Lagkuvert utlämnas vid informationstältet på arenan.

Lagkuvert och klubbkuvert skall vara hämtade senast fredag kl. 14.45 för HD14 och senast kl. 21.00 för HD20. I lagkuvertet finns nummerlappar, startlista samt lagändringsblankett. I klubbkuverten finns ev. hyrda löparbrickor, samt matbiljetter.

Lagändring skall genomföras senast 1 timme innan respektive start i tävlingsexpeditionen.

Lagsammansättning

Kombinationslag utanför SOFT:s regler medges. Vi har fått dispens där vi tillåter kombinationslag. Klubbar får skapa kombinationslag även om de skulle kunna få ihop ett rent klubbtag. Dock får tjejer inte springa killsträckor och killar får inte springa tjej-sträckor. Löpare som under kvällen tidigare sprungit HD14 tillåts att tävla även i HD20

Löparpol

Om ni har behov av löpare för att få ihop ett fullt lag eller om ni har extra löpare som vill delta tillsammans med annan klubb, maila info@u10mila.se Förmedling av löpare sker av tävlingsledaren.



ungdomens
10
mila

UNGDOMSSTAFETT NATIONELLA TÄVLINGAR

www.u10mila.se

Fotskäl
2-3 augusti 2024

PM

Nummerlappar

Nummerlapp ska bäras av samtliga löpare. Nummerlapparna bäras väl synligt på bröstet. **Var noga med att alla löpare i laget får rätt nummerlapp då denna är knuten till sträcka, lag och löpare.** På parallella-sträckor är nummerlapparna inte knutna till specifik löpare. Säkerhetsnålar står löparen själv för.

Karta

Skala 1:7 500 för HD14 och Skala 1:10 000 för HD20, ekvidistans 5 m för alla.
Ritad av Petter Bergstedt 2018-2022. Utökad och reviderad 2023-2024 av Bo Herderesson.

Invgning

Invgningen startar 16:00

Efter invgningen kommer en förevisning att ske av start- och växlings-proceduren i HD14 klassen. Haren visar hur du som löpare ska springa på arenan, därefter påbörjas inläppet till uppvärmningsområdet. Löparna tar plats framför sin karta ca 5 min innan starten går.

Start

Gemensam start klassvis enligt följande: HD14 fredag 2 augusti kl. 17.00; HD20 lördag 3 augusti kl. 02.45.

Parallellsträckor

Sträcka 2 & 3 i HD14 och sträcka 5 i HD20 får löpas av 1–3 löpare per lag, som samtliga går ut samtidigt, när föregående löpare kommer till växel. Samtliga startande på sträckan springer tillsammans till startpunkten. Den förste i laget, som kommer in till växling på parallell-sträckan, växlar över till nästa sträckas löpare på vanligt sätt. Sträcktiden på parallell-sträckan räknas bara på den löpare som växlar först men alla räknas med i laget. Första löparen som växlar måste ha stämplat rätt och vara godkänd, skulle denna löpare inte vara godkänd diskvalificeras laget.

Målgång

Målgång efter sista sträckan sker då mållinjen passeras.

Målstämpling sker efter mållinjen i den ordning som måldomaren anger.

Omstart

Omstart sker ca 60 minuter efter segrande lagets målgång i respektive klass.

Diskvalificerade lag

Diskvalificerade lag får inte fortsätta att springa stafetten. Men det diskvalificerade lagets löpare för resterande sträckor får i stället springa ut i omstarten. Den löpare som bryter sin sträcka **måste** lämna in tävlingskartan till arrangören och stämpla ut.

Maxtid

2,5 timmar efter omstarten.



ungdomens
10
mila

UNGDOMSSTAFETT NATIONELLA TÄVLINGAR

www.u10mila.se

Fotskäl
2-3 augusti 2024

PM

Överdragskläder

Klubbar ansvarar själv för dessa. Ingen transport från start.

DUSCH

På väg till duschen sker gångväg på allmän bilväg. **Var försiktiga på väg till och från duschen!**

Öppettider dusch:

Fredag 16:00-20:00

Lördag 02:00-20:00

Söndag 09:00-14:00

Mobilladdning

Laddning av mobil/powerbanks finns på arenan i det stora mattältet, man tar själv ansvar för sina saker.

Publik

Publik och tävlande får endast vistas på anvisade områden. Det är förbjudet att bege sig ut i tävlingsområdet, vilket inkluderar sista kontrollen före växel och startpunkt. All rekognosering inom tävlingsområdet är naturligtvis också förbjuden. Överträdelser medför att laget utesluts. Respektera uppsatta förbudsskyltar och avspärningar samt följ anvisningarna om lämpliga gångvägar inom arenan. Obligatoriskt att följa anvisad väg från bilparkering till arenan.

Camping

Tillåten på anvisad plats, se camping PM och platsfördelning. Grillning tillåten.

VINDSKYDD

Grillning får EJ förekomma. Grillning enbart tillåten på anvisade områden.
Se fördelning i "fördelning av vindskydd"

Publikt WIFI

Finns på TC

Omplåstring

Finns enklare omplåstring på arenan.
Hjärtstartare finns i omplåstringstältet.

Marka och servering.

Se PM mat för mer information

Tävlingsregler

SOFT:s tävlingsregler gäller.



UNGDOMSSTAFETT NATIONELLA TÄVLINGAR

www.u10mila.se

Fotskäl
2-3 augusti 2024

PM

Kartutlämning

Kartutlämning sker under lördagen vid informationstålet mot lag nummer och klubbnamn. Detta sker tidigast efter att omstarten har skett, cirka 1,5 timma efter målgången för segrande HD20-lag. Hyrda löparbrickor återlämnas i samband med kartutlämningen. Ej återlämnade hyrbrickor efterdebiteras med 600 kr/st.

Prisutdelning

De tio första lagen i HD14 och de sju första lagen i HD20 får pris. Segrar-lagen får plakett samt U10-milas vandringspokal att förvalta under ett år.

Prisceremoni sker vid scenen/flaggorna ca 15 minuter efter omstart för respektive klass. Lagen ombeds via speaker att samlas en stund innan.

Kvarglömt och upphittat

Upphittade saker i anslutning till tävlingen inlämnas till informationstålet. Kvarglömda saker efterfrågas via e-post info@u10mila.se

Tävlingsjury anslås vid tavlan vid informationstålet.

Tävlingsledning

Tävlingsledare:	Urban Sörqvist	073-8063103
Tävlingsledare:	Johan Lundblad	076-1169851
Banläggare:	Olle Sörqvist	
Banläggare:	Petter Bergstedt	
Tävlingskontroll:	Fredrik Odelberg	
Bankkontroll:	Kenneth Johansson	
Campingansvarig:	Martin Granat	

Hemsida www.u10mila.se

E-post info@u10mila.se

Lycka till i skogen!

Önskar

OK Råven, OK Mark, Skene SoIS och OK Orinto