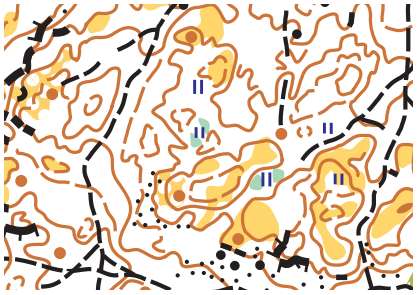
IFK Lidingö SOK inbjuder till nationell medeldistansorientering på Lidingö söndagen den 14 april 2013

Huvudklasser
H/D10-90
H/D12-16 kort (även som patrull)
Inskolningsklass
Utvecklingsklasser (för ungdomar)
U1, U2, U3, U4

Öppna Motionsklasser
ÖM 1 (vit), ÖM 3 (gul)
ÖM 5 (röd), ÖM 7 (blå)
ÖM 8 (svart)
Motion (röd, utan tidtagning)

UP	Ingår i StOFs UP-serie (ungdomspriser)
Ungdomsaktivitet	Liksom 2012 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 7 april. Deltagare med eget Sportidentnummer anger detta vid anmälan
Efteranmälan	Senast onsdagen den 10 april via Eventor
Direktanmälan	I Öppna -, Utvecklings-, Inskolningsklasser och Motion, till ordinarie avgifter. Fri starttid kl 10.00-12.00
Avgifter	Ungdom t o m 16 år 60:-. Övriga 100:-. Efteranmälan plus 50%. Avgift för Sportidentbricka 25:- tillkommer för de deltagare där bricknummer inte angivits eller som hyr bricka. Avgifterna till klubbanslutna faktureras i efterhand.
PM, Startlista, Resultat	På vår hemsida www.ifklidingo.se
Samling	Sticklinge skola, 4 km från Ropsten.
Kollektivtrafik	Buss 205 från Ropsten till Sticklinge skola, alt buss 203 till Ägirvägen med promenad 1.5 km till TC.
Parkering	Upp till 1.000 m från TC. Begränsade P-möjligheter. Värna om miljön – åk kollektivt eller samåk!
Tävlingscentrum	Sticklinge skola.
Start	Första start kl 10.00.
Stämplingssystem	Sportident används i samtliga klasser.
Karta	Sticklinge, ritad 2008, reviderad 2013. Skala 1:10.000, för H/D60 och äldre 1:7.500, 4 m ekvidistans.
Terräng	Detaljrik skogsmark, viss öppen kulturmark. Måttlig kupering. Mestadels god framkomlighet. Stigrik terräng.
Priser	Start i Lidingöloppet 2013 till segrarna i klasserna H/D10-H/D21. Ytterligare priser i ungdomsklasserna. Utlottningspriser.
Service	Barnpassning och Miniknat kl 9.30-13.00. Omklädning och dusch inomhus. Marka med sedvanligt sortiment & grill. Sportförsäljning. Sjukvård
Tävlingsledare	Øystein Kvaal Østerbø, tel 076-593 78 51, info@ifklidingo.se
Bitr tävlingsledare	Mikael Tarandi, tel 070-652 43 72
Banchef	Fredrik Johansson
Ban-/tävlingskontrollant	Martin Larbo
Tack till	

LIDINGÖLOPPET
världens största terränglopp



VARMT VÄLKOMNA TILL EN HÄRLIG VÅRDAG PÅ LIDINGÖ!