



Mälärhöjdens IK Orienteringsklubb

MIK-medeln 19 april 2025

Tävlingsinbjudan

Välkommen till MIK-medeln, lördagen den 19 april. Vi bjuder på utmanande banor i vackra Sätmaskogen, med bra service och utmärkta kommunikationer.

Tävlingens form, distans och typ: MIK-medeln är en nationell tävling i medeldistans.

Klassindelning: Åldersklasser: H10, D10, H12, D12, H14, D14, H16, D16, H18, D18, H20, D20, H21, D21, H35, D35, H40, D40, H45, D45, H50, D50, H55, D55, H60, D60, H65, D65, H70, D70, H75, D75, H80, D80, H85, D85

Öppna klasser: Inskolning, U1, U2, U3, U4, mycket lätt 2 km, lätt 2.5 km, medelsvår 3 km, svår 3 km, svår 5 km.

Samling: Arenan befinner sig utanför Sätmaskolan, Bogsättravägen 46 i södra Stockholm. Vi erbjuder ingen organiserad parkering och möjligheter därtill är mycket begränsade i bostadsområdet men om ni kommer med tunnelbana så ligger arenan blott 100 m från Sättra station.

Parkering kan ske enligt gällande bestämmelser i Skärholmens centrums parkeringshus, ca 1 km gångväg från arenan (se separat trafik-PM som kommer senare).

Start: Första start är kl 10. Alla åldersklasser har lottad starttid, U-klasser, inskolning samt öppna klasser har fri starttid med startstämpling.

Anmälan: Ordinarie anmälan via Eventor senast söndag 13 april kl 23.59.

Efteranmälan: Efteranmälan via Eventor senast onsdag 16 april kl 23.59.

Direktanmälan: Direktanmälan till öppna klasser på arenan kl. 09:30-11:30,

Avgifter ordinarie anmälan

Vuxna 180 Kr. Ungdomar t.o.m. 16 år 90 Kr.

Efteranmälan

Ungdomar öppen klass 90 kr. Övriga 50% förhöjd avgift.

Direktanmälan till öppna motionsklasser

Ungdom t.o.m. 16 år 90 kr, övriga 270 kr.

Hyra av SportIdent-bricka

Avgift för hyrbricka 40 kr. Personer som ej anmält bricknummer i samband med anmälan tilldelas hyrbricka. Hyrbricka återlämnas efter målgång i samband med avläsning. Borttappad hyrbricka debiteras med 500 kr.

Karta: Kartan är ritad av Fredrik Ahnlén och reviderad av Bengt Bränzen och Per Forsgren 2025. Skala enligt gällande tävlingsregler. Tryck: BL-Idrottsservice. Kartan är godkänd av SOFT år 2022.

Terrängbeskrivning

Mycket detaljrikt närområde, tillika naturreservat, vilket genomkorsas av en mängd större och mindre stigar. Banorna avslutas med passage genom bebyggt område.

Kupering: Måttlig till stark kupering.

Vegetation: Övervägande del hällmark beväxt med låg ek och tall. Mellan bergspartierna främst ekskog. I området finns även en del kulturmark. God sikt.

Löpbarhet: God till mycket god. På vissa sluttningar dock begränsad pga. stenbunden, ojämn botten

Stämplingssystem: Elektronisk stämpling med SportIdent.

Service: Toaletter i Sätorskolan. Ingen barnpassning men gratis miniknat.

Omklädning och dusch i Sätorskolan.

Servering: Serveringen erbjuder denna påskafton smarrigt hembakat, varma och kalla drycker samt godis/snacks. För den hungrige finns smörgås, varmkorv och soppa. Betalning sker med Swish eller kontanter. Välkommen!

Betalmedel Vi uppmuntrar till användning av Swish som betalmedel för att minimera kontanthantering på arenan.

Tävlingsledare: Mattias Nilsson

Banläggare: Mattias Boman

Bankkontrollant: Per Forsgren

Tävlingskontrollant: Jörgen Persson

Upplýsningar: Mattias Nilsson, tel 0703-10 29 72

Välkomna!