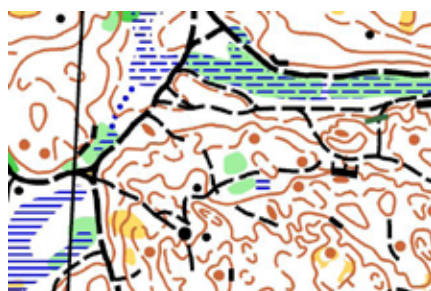




IFK Lidingö SOK inbjuder till nationell medeldistansorientering

på Lidingö lördagen den 12 april 2014



Banlängder och profiler

Anmälan

Efteranmälan

Direktanmälan

Avgifter

PM, Startlista, Resultat

Samling

Kollektivtrafik

Parkering

Arena

Start

Stämplingssystem

Karta

Terräng

Priser

Service

Tävlingsledare

Bitr tävlingsledare

Banche

Ban-/tävlingskontrollant

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)

Enligt SOFT:s tävlingsregler. Se vår hemsida www.ifklidingo.se

Via Eventor. Anmälan senast söndagen den 6 april. Deltagare med eget Sportidentnummer anger detta vid anmälan.

Senast onsdagen den 9 april via Eventor.

I Öppna -, Utvecklings-, Inskolningsklasser och Motion, till ordinarie avgifter. Fri starttid kl 10.00-12.00.

Ungdom t o m 16 år 65:- Övriga 110:- Efteranmälan plus 50% Avgift för Sportidentbricka 30:- tillkommer för de deltagare där bricknummer inte angivits eller som hyr bricka. Avgifterna för klubbanslutna faktureras i efterhand.

På vår hemsida www.ifklidingo.se

Norra Kungsvägen, 3 km från Ropsten.

Buss 204/212 från Ropsten till Lidingövallen. Därifrån 600 m promenad.

Upp till 800 m från Arenan.

Värna om miljön – åk kollektivt eller samåk!

Grönsta gärde (Lidingöloppsmålet).

Första start kl 10.00. Lottad start för alla tävlingsklasser.

Sportident används i samtliga klasser.

Grönsta, reviderad 2013/14 av Kenneth Kaisajuntti.

Skala 1:10.000, för H/D60 och äldre 1:7.500, 4 m ekvidistans.

Detaljrik skogsmark, måttlig kupering.

Mestadels god framkomlighet. Stigrik terräng.

Start i Lidingöloppet 2014 till segrarna i klasserna H/D10-H/D21. Ytterligare priser i ungdomsklasserna. Utlottningspriser.

Barnpassning och Miniknat kl 9.30-13.00. Omklädning och dusch inomhus. Marka med sedvanligt sortiment inkl grill. Sportförsäljning. Sjukvård.

Öystein Kvaal Österbö, tel 076-593 78 51, info@ifklidingo.se

Mikael Tarandi, tel 073-833 90 90.

Fredrik Johansson

Johan Näsman



VARMT VÄLKOMNA TILL EN HÄRLIG VÄRDAG PÅ LIDINGÖ!