

INBJUDAN

VÅLÅDALENS 3-DAGARS med Åresprinten



Tre separata tävlingar
Sprint fredagen den 3 juli, Medel lördagen den 4 juli
Lång förlängd söndagen den 5 juli

Välkommen till Åre och Vålådalen för tre dagars orientering i fjällmiljö. Vi startar med en kvällssprint inne i mysiga Åre by vid Åreskutans fot och fortsätter därefter med två tävlingar i klassiska Vålådalen vid Ottfjället.

På lördagen är det medeldistans i härligt kuperad Vålådalsterräng med hängmyrar och fjällnära skog. Avslutningen på söndagen är en något förlängd långdistans på Ottfjället. I år ändrar vi från en sammanlagd tre-dagars till tre separata tävlingar. Extra priser lottas ut bland de som fullföljer samtliga tre dagar

Klassindelning	HD 10, HD 12, HD 12 kort, HD 14, HD 14 kort, HD 16, HD 16 kort, HD 18, HD 20, HD 21, HD 35, HD 40, HD 45, HD 50, HD 55, HD 60, HD 65, HD 70, HD 75, HD 80, HD 85, Insk, U 1, U 2 och ÖM 1-9
OBS! Delning/samman slagning	Dag 3 finns kortklasser även i HD18, HD20 och HD21. Arrangören förbehåller sig rätten att vid behov dela och/eller slå samman klasser.
Tävlingsplats:	Åre by dag 1 (sprinten) och Vålådalens Fjällstation dag 2 och 3
Tävlingsform	Tre individuella/separata tävlingar under tre dagar. Fredag den 3 juli: Sprint Lördag den 4 juli: Medel Söndag den 5 juli: Lång (förlängd med stark kupering i fjällterräng. Gäller ej klasserna Insk, U 1-2, H/D 10-12 och HD14K). Inga sammanlagda tider
Karta	Etapp 1: 1:4 000 för samtliga klasser. Etapp 2: 1:10 000 för samtliga klasser. Etapp 3: 1:15 000 för klasserna HD 18-35. Övriga klasser 1:10 000. Ekvidistans 5 m.
Anmälan	Oss tillhanda via Eventor senast fredagen den 26 juni . Observera att vi i år övergår till Sportident!! Ange SI-Card nummer. Ej angivet SI-nummer innebär hyrpinne till en kostnad av 30 kr/dag. För utländska löpare eller andra som inte har tillgång till Eventor går det bra att anmäla sig via mail till le.gahlin@gmail.com . Ange klass, namn, klubb och SI-nummer.

Efteranmälan	Mottages mot 50 % förhöjd avgift senast onsdagen den 1 juli kl 24.00 till telefon 070/350 73 52 eller per mail le.gahlin@gmail.com .		
Avgifter	Ungdom	75 kr per dag	
	Övriga	130 kr per dag	
	Öppna klasser	75 kr(ungdom)per dag.	
		130 kr (vuxen) per dag.	
Start	Fredag den 3 juli: första start kl 18 Lördag den 4 juli: första start kl 11 Söndag den 5 juli: första start kl 10 Efteranmälda startar före första ordinarie starttid. Fri starttid i de öppna klasserna.		
Priser	Etapppriser i ungdomsklasserna – alla får pris Bland vuxna (18-20 och 35+) lottas priser ut bland de som fullföljt alla tre etapperna. I HD21 lottas "våldalspriset" ut bland segrarna under de tre dagarna, en lott per seger. Även i HD18-20 och HD 35+ lottas ett "våldalspris" ut bland segrarna under de tre dagarna		
Parkering	I anslutning till Vålådalens Fjällstation och i Åre by		
Barnpassning	I samarbete med Friluftsförbundet erbjuder vi aktiviteter för barn av typ "Mullekola"		
Miniknat	Alla dagar		
Dusch, toaletter mm	Finns i anslutning till arenorna.		
Huvudfunktionärer	Tävlingsledare	Gunnar Hedberg	070-5770589
	Bitr tävlingsledare	Lars Rönnestrand	070-5449332
	Banläggare	Hans Swartz,	0730-686740
		Fredrik Martinsson	0730-354050
		Tom Brantheim	070-2441299
	Bankkontrollant	Ola Lindgren	0730-835062
	Karritare/banpåtryck	Torgny Pettersson	070-3729568
Boende	Vålådalens Fjällstation www.valadalen.se . Information finns också på Östersunds OK:s hemsida www.ostersundsok.se		
Träningsmöjligheter	Vålådalens fjällstation erbjuder träningstillfällen på befintligt naturpass.		

***Välkommen med din anmälan till tre härliga dagar i Åre by och Vålådalsfjällen.
Det finns även många möjligheter till spännande kringaktiviteter för hela familjen.***

Frösö IF och Östersunds OK i samarbete med Vålådalens Fjällstation och Åre Destination AB