



10MILA 2015

LIIKENNE, MAJOITUS JA SPALVELUT

Uppdaterad version 2015-04-21

Kilpailuohje on jaettu kahteen osaan joissa kaikki kilpailutieto on A-osassa ja liikenne, majoitus ja spalvelut ovat B-osassa (tämä osa).

Kilpailuohje julistetaan 10MILA-areenalla, mutta sitä ei tulosteta joukkueille. Kilpailuohjeen löytää kotisivulta. Jos tarvitsette kilpailuohjeen tulostettuna pyydämme teidän tulostamaan tämän PDF-version omasta toimesta.

Kotisivumme: www.10MILA.se

10MILAKavlen-yhdistyksen toimeksiannosta järjestäjäseurat toivottavat kilpailijat, seurajohtajat ja valmentajat, toimitsijat ja yleisön tervetulleiksi vuoden 2015 10MILA-viestiin.

KILPAILUKESKUS/AREENA

10MILA 2015:ta kilpailuareenana on Skeppstunassa Ekbackenin moottoristadionilla.

Liikenne etelästä valtatie E4 liittymä 181 Arlandaan aja sitten tie 273 Almungeen. Opaste tie 273 Areenalle..

Liikenne pohjoisesta valtatie E4 liittymä 184 Norrtäljeen aja sitten tie77 Norrtäljeen. Opaste liikenneymyrästä risteyksessä tie 77 ja tie 273. Aja tie 273 etelään ja seuraa opasteita.

Liikenne idästä: (Kapellskäristä ja Norrtäljestä) valtatie E18 Tukholmaan päin liittymä 191 Uppsalaan. Aja tie 77 Uppsalaan päin. . Opaste liikenneymyrästä risteyksessä tie 77 ja tie 273. Aja tie 273 etelään ja seuraa opasteita.

Katso myös viimeistä sivua tässä osassa.

Surabussit jotka aikovat pysäköida Areenan yhteyteen on pakko ilmoittaa tästä etukäteen rune.thuren@telia.com tai + 46 70-63 957 65, viimeistään 5. toukokuuta.

Koska tie josta nouseaan linjaauton kyytiin on hyvin kapea mikään joukkue ei saa kutsua linjaautoann ennenkun katiiki joukkuejäsenet ovat valmiita nousemaan kyytiin.

Etäisyydet Areenaan

Parkkipaikoilta 700 -1000 m.

Asumateltoilta 100 - 300 m

Asuntovaunuilta 300 – 600 m

AREENAKARTTA

Viimeinen sivu tässä osassa.

MAJOITUS

Asuntovaunu/Asuntoauto

Seuraa kylttejä ”Husvagn” ja ilmoittautukaa sisääi-
ajaessanne ja seuratkaa toimitsijojen ohjeita.

Teltta/Telttapaikat

Seurat joilla on teltta/telttapaikka varattuna pysäköivät parkkipaikalle. Varattujen telttapaikkojen, vuokratelttojen ja tuulisuojiin sijainti on nähtävissä 10MILAn kotisivulla ja opastauluilla Areenalla Auton ajaminen telttapaikoille ei ole sallittua

AVOTULEN KIELTO

Avotulen käyttö on turvallisuussyistä ehdottomasti kiellettyä kilpailukeskuksessa sekä teltta-alueilla. Alueella on monissa pisteissä sammuttimia Osanottajien ja yleisön pitää saapuessaan ottaa selvää missä lähin sammuttaja sijaitsee. Jos tulipalo syttyy: Pelasta – Vapaita - Sammuta. Soita 112 ja hälytä lähin toimitsija.

RAVINTOLA 10MILA

Ravintolasta saa lämpiämää ruokaa sekä soppaa. Ruokaliput myydään sekä kassassa ravintolassa sekä kahviossa. Pyydämme teitä ostamaan ruokaliput ajoissa ruuhkan välttämiseksi. Maksun voi tehdä tavallisimmilla pankkikorteilla.

Aukioloajat

Perjantai 16-20

Lauantai 10-23

Sunnuntai 06-14

Lauantai – Sunnuntai klo 23-06 vain soppaa

Hinta: Lämmin ruoka 85:-/SEK, 10 EURO

Soppa 60:-/SEK, 6 EURO

Meny:

- Jauhelihakastike ja spagettii (munanuudelit), (ei si-anlihaa, gluteeniton, maiton/laktoositon)
 - Pyttipannu punajuurien kera
 - Vegetaarinen gulassi ja riisi (gluteeniton, maiton/laktoositon)
- Ruuan kanssa myös:
- Juoma: Sitruuna/lime & Omena
 - näkkileipä & voi & salaatti
- Soppa
- Hernesoppa
 - Kasvissosekeitto



KIOSKI JA KAHVIO

Areenalla on hyvin varustettu kahvio ja kaksi kioskia.

JUOMAVESI/SÄHKÖ

Juomavettä saa vesitankeista joita on sekä Areenalla että telttalueella. Omien laitteiden kytkeminen Areenalla oleviin sähkökeskuksiin on ehdottomasti kiellettyä. Kännykän voi ladata Areenan yhteydessä olevassa latupaikassa.

JÄTTEET

Auta meitä pitämään Areena siistinä. Laita roskasi roskakoreihin. Kierrätyskelpoiset PET-pullot ja AL-tölkit lajitellaan merkittyihin keräysastioihin.

VALVONTA

Kaikki auttavat pitämään huolta että luvattomat henkilöt pysyvät poissa. Reagoi jos näet jotain epäilyttävää. Älä jätä arvotavaroita vartioimatta. Lukitkaa autot ja asuntovaunut. Jos jotain on varastettu, soita poliisille puh: 114 14 tai akuutisti 112.

WC

Kilpailukeskuksessa on wc:tä yleisön ja kilpailijoiden käyttöön. Vaihtokarsinoissa oleville kilpailijoille ja ensimmäisen osuuden kilpailijoille on wc:tä verryttelyalueella.

VAATTEIDEN VAIHTO, SUIHKU JA SAUNA

Lämmin suihku 500 m maalista. Sauna on käytettävissä 20 SEK maksua vastaan. Lippuja voi ostaa kioskista matkalla saunaan. Järjestäjä toimittaa suihkusaippuat.

SAIRAANHOITO

Kilpailukeskuksessa on saatavilla sairaanhoitopalveluita 9.5. klo 11.00 lähtien aina kilpailun loppuun asti. Kilpailukeskuksen sairaanhoitopalvelut on tarkoitettu ensisijaisesti kilpailijoille. Yleisö kehoitetaan käyttämään julkiseen terveydenhuoltoon Närakuten Löwet Löwenströmska Sjukhuset. Avoinna klo 08.00 – 22.00 kaikki päivät. Puh: 08-586 210 00. Lähin ensiapuasema on Danderydin sairaala.

Kilpailualueella ei ole sairaanhoitopistettä, mutta kaikilla toimitsijaasemilla jotka ovat merkitty kartalla ja kaikilla metsässä liikkuvilla toimitsijoilla ja juomapisteillä on ensiapu ja viestintämahdollisuudet.

PÄÄLLYSVAATTEET/LÖYTÖTAVARAT

Kukin joukkue vastaa itse päällysvaatteistaan. Kadonneita varusteita ym. voi kysellä kilpailukansliasta saman kilpailuvuorokauden aikana. Kilpailun jälkeen ilmoitetaan sen henkilön nimi, joka vastaa kotisivulla kysymyksiin talteen otetuista varusteista. Talteen otetut varusteet ovat noudettavissa 1. 7. 2015 asti. Tämän jälkeen jäljellä olevat tavarat lahjoitetaan Punaiselle ristille/second hand.

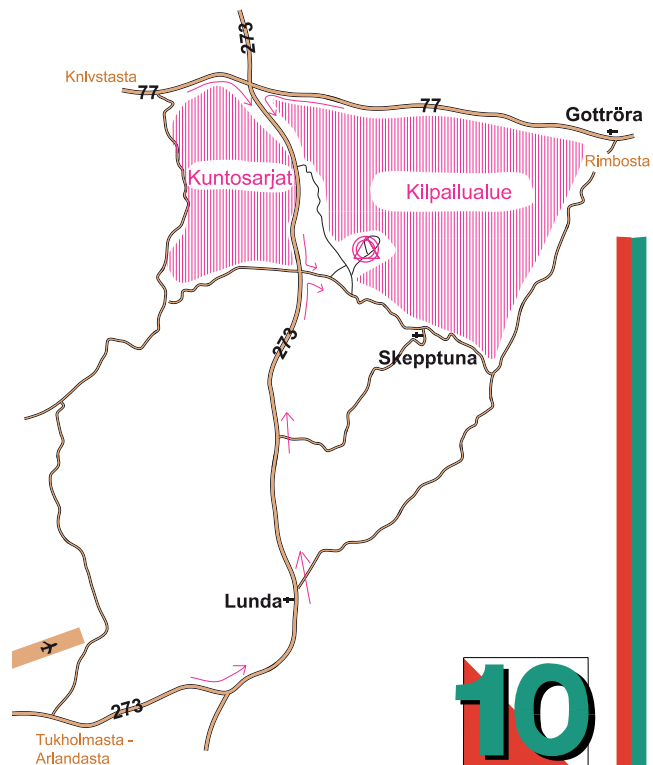
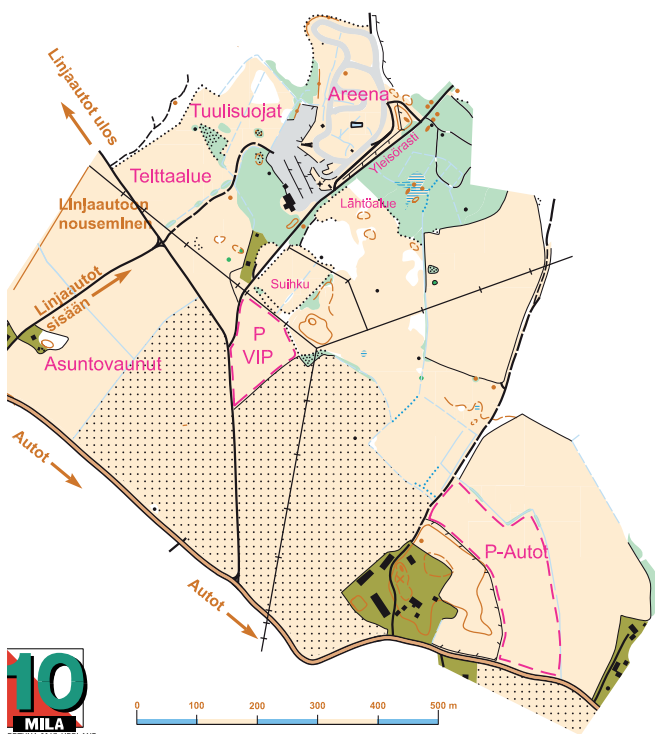
YHTEYSTIEDOT SÄHKÖPOSTITSE

Kilpailunjohto: info2015@10MILA.se
Markkinointi/Sponsorit: marknad2015@10MILA.se
Majoitus: logi2015@10MILA.se

TERVETULOA!

Föreningen O-ringen i Uppland

L-100 IF • Länna IF • OK Borgen • OK Enen
OK Linné • OK Rodhen • OK Roslagen
Rånäs OK • Sigtuna OK • Vallentuna-Össeby OL



1. Team Sportia urheilukauppa
2. Ravintola
3. VIP/Media
4. Tulokset
5. Näyttely
6. Kioskit
7. Kahvio/Grilli
8. Kilpailutoimisto
9. Kilpailuinfo
10. Kuntosarjat
11. Palkintolava
12. Ensiapu
13. Suurkuvaruutu
14. Sisään ja uloskirjautuminen

