

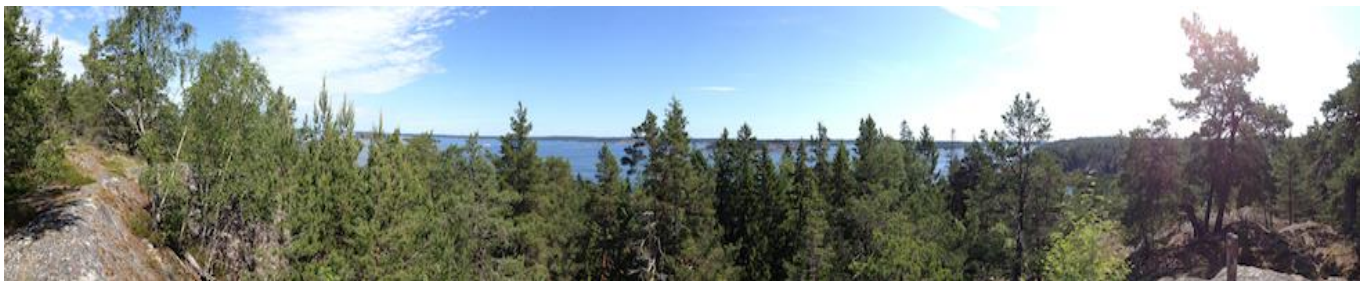


INBJUDAN

StOF:s SOMMARLÄGER

19 – 21 MAJ 2017

vid Lillsveds Idrottsfolkhögskola
på Värmdö



Arrangör: Gustavsbergs OK

Programmet i korthet

Fredag kväll: Incheckning och sommarlägersprinten (UP)

Lördag förmiddag: Äventyrsstafetten

Lördag eftermiddag: Lägersstafetten

Lördag kväll: Trail run

Söndag förmiddag: Avslut och prisutdelningar trailrun och labyrintorientering

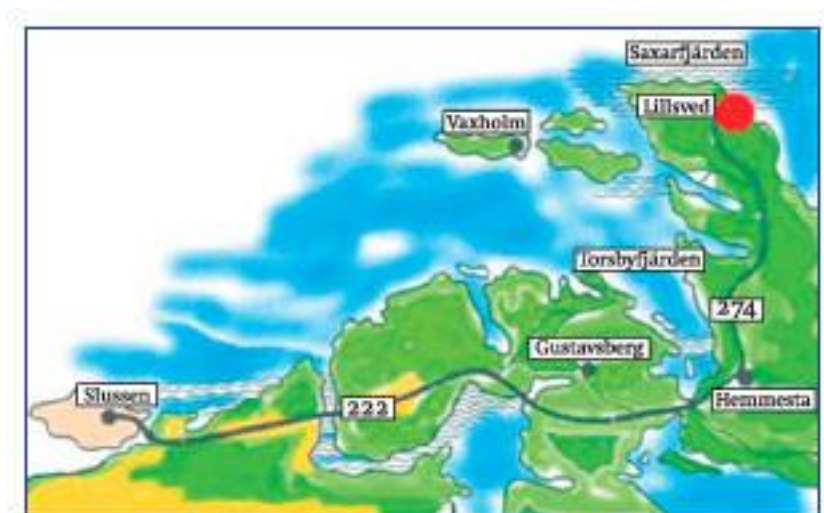
Hitta

Lillsveds idrottsfolkhögskola på Värmdö.

Med bil åker du väg 222, Värmdöleden, med riktning mot Gustavsberg. Kör förbi avtagsvägarna in mot Gustavsberg och senare även Stavsås. Du fortsätter på väg 274 genom Hemmesta, vid vägskeppet fortsätter du i riktning mot Vaxholm. Följ den vägen förbi Siggesta gård och snart är det skyltat på höger sida, Lillsved.

Du kan även åka från Slussen med buss 437 (vissa turer med bussbyte till buss 437 vid Kolvik). Lillsved är ändhållplatsen för bussen. Busstider hittar du på [SL: s hemsida](#).

Parkering sker på anvisad plats på Lillsveds område. Parkeringsautomat på plats



Bo

Tältning sker på anvisad plats på fotbollsplanen.

Incheckning på fredag den 19 maj mellan 16:30-18:30. Eget tält måste tas med. Klubbarna anvisas tältplats vid incheckning och reser själva sina tält. Varje klubb beställer önskvärt antal tältplatser i lägeranmälan på Eventor. En tältplats är 8*4 meter. Vi kommer att sätta upp två tält för HD16-ungdomarna (de som springer HD16) som vill tälta tillsammans. Meddela Gabriella Frisk, gabriella.frisk@sll.se vid intresse (24 platser, först till kvarn)

Klubbkuvert med information och dokument hämtas vid incheckningen som sker i Herrgården på Lillsved.

Eldningsförbud råder på campingplatsen.

Mat

Mat serveras i folkhögskolans matsal. Schema med mattider för de olika klubbarna delas ut vid incheckningen.

Följande måltideringår i matpaketet:

Fredag middag: Varm mat, sallad och bröd kl. 20.30–21.30

Lördag Frukost: Frukost kl. 07.30-08.30

Lördag Lunch: Varm mat, sallad och bröd kl. 11.30–12.30

Lördag middag: Varm mat, sallad och bröd kl. 17.30–18.30

Söndag frukost: Frukost kl. 08:00-09.00

Övrig service

Ledarmöte efter lägerstarten kl. 21.00 i Lingsalen, skolhuset.

Dusch och ombyte finns att tillgå inomhus.

Badplats finns. Badning skall ske under uppsikt av respektive klubbledare.

Marka kommer att finnas på lägerplatsen med kaffe, the smörgåsar och godis mm.

Gott om ytor för fotboll, lek etc.

Labyrintorientering

Under lördagen 12.00–14.30 kommer vi ha labyrint-orientering i idrottshallen med kval och final. Ingen anmälan-drop-in. Prisutdelning söndag morgon 9.30.

Anmälan

Fem separata anmälningar ska göras:

1. Sprinttävlingen fredag kväll: *Tävlingsanmälning via "Eventor"*

Direktlänk: <https://eventor.orientering.se/Events/Show/15388>

Sprintanmälan via Eventor senast fredag den 12 maj klockan 23.59

2. Äventyrsstafetten lördag förmiddag: *Tävlingsanmälning via "Eventor"*.

Direktlänk: <https://eventor.orientering.se/Events/Show/17966>

Anmälan via Eventor senast fredag den 12 maj klockan 23.59. Anmälan görs av respektive klubbledare.

OBS! För att se tävlingen så måste "inkludera närtävling" väljas i Arrangemangstyp

3. Stafetten lördag eftermiddag: *Tävlingsanmälning via "Eventor"*

Direktlänk: <https://eventor.orientering.se/Events/Show/15389>

Stafettanmälan via Eventor senast söndagen den 12 maj klockan 23.59. Anmälan görs av respektive klubbledare.

4. Trail run *Tävlingsanmälning via "Eventor"*. *Anmälan via "Klubbaktivitet" i Eventor.*

Direktlänk: <https://eventor.orientering.se/Events/Show/17965>

Anmälan via Eventor senast fredag den 12 maj klockan 23.59

5. Lägrät i övrigt, d.v.s. tältplats, mat.

Anmälan via "Klubbaktivitet" i Eventor

OBS! Använd <https://eventor.orientering.se/Activities/Register/6247> för att komma till anmälningssidan för lägrät. Ev. specialkost meddelas efter anmälan till gabriella.frisk@sll.se

Lägeranmälan via Eventor senast fredagen den 12 maj klockan 23.59. Anmälan görs av respektive klubbledare.

Ordinarie anmälan för alla aktiviteter senast fredagen den 12 maj klockan 23.59. Till tävlingarna går det även att efteranmäla till 50 % förhöjd avgift senast tisdagen den 16 maj 23:59.

Avgifter

Tältplats 4x8 m	350 kr
Anmälan sprinttävling (ungdom)	70 kr
Direktanmälan ungdom	70 kr
Direktanmälan vuxen	115 kr
Hyra av sportidentpinne	30 kr
Avgift borttappad sportidentpinne	500 kr
Äventyrsstafett	150 kr/lag+ 30 kr per extralöpare
Sommarlägerstafett	

Stora och lilla lägerstafetten	210 kr/lag + 70 kr per extralöpare
Inskolningsstafett	140 kr/lag + 70 kr för extralöpare
Trail run	30 kr
Måltidspaket (frukost, lunch och middag) som förbeställs i Eventor	350 kr

SPRINTTÄVLING FREDAG KVÄLL

Sprinttävling i på mestadels öppna ytor i området närmast Lillsveds folkhögsskola. Kartskala 1:4 000.

Tävlingen ingår i StOF:s ungdomspriser (UP).

Tävlingsklasser D10 D12 D14 D16, H10 H12 H14 H16

Inskolningsklass, U1 och U2.

För föräldrar och andra hugade erbjuder vi även direktanmälan med två alternativ; ÖM1 och ÖM3. Inskolningsklass, U1 samt U2 kommer att även att finnas som direktanmälan.

Första start kl. 18.45. Fri starttid i inskolning, U1 och U2 samt direktanmälan. Övriga klasser lottade.

ÄVENTYRSSTAFETT LÖRDAG FÖRMIDDAG

Första start kl. 10.00. Start, växling och målgång på Lillsveds område.

Rolig stafett med många överraskningar!

5 sträckor för 5-9 personer per lag. Skuggning är tillåten på flera sträckor.

Rekommenderad lagsammansättning

1-2 personer. 15-16 år

2-4 personer, 11-14 år

2-4 personer, upp till 10 år

LÄGERSTAFETT LÖRDAG EFTERMIDDAG

Första start kl. 15:00. Start, växling och målgång på Lillsveds område.

Klasser, ungefärliga banlängder och svårighetsgrader

Inskolning

Str 1* Rak – Grön

Str 2 Rak – Grön

*En extralöpare tillåten.

Skuggning tillåten på båda sträckorna.

Lilla lägerstafetten HD12

Str 1 Gafflad – Gul

Str 2 * Rak – Vit

Str 3 Gafflad – Gul

* Skuggning tillåten. Upp till tre löpare tillåtna.

Stora lägerstafetten HD16

Str 1 Gafflad – Röd

Str 2 * Rak – Gul

Str 3 Gafflad – Röd

* Upp till tre löpare tillåtna

Karta

Skala 1:10 000

TRAIL RUN-LILLSVED OBSTACLE RUN L.O.R) LÖRDAG KVÄLL

Start kl.19.30. Spring en terrängbana/hinderbanelopp på ca 1,5 km i skogen med roliga hinder längs vägen. Spring individuellt eller i lag. SI-pinne används för tidtagning. Prisutdelning söndag morgon 9.30.

Hänsyn

Området är välbesökt för friluftsliv och studerande på skolan. Vi ber alla deltagare att respektera övriga gäster.

Kontakt

Huvudansvar och information: Gabriella Frisk(072-529 43 29) gabriella.frisk@sll.se och Henrik Österberg(070-735 50 16) henrik@sportkidz.se. Frågor tas helst emot via mail.

Varmt välkomna!
Gustavsbergs OK

