



OK Ravinen



Bjuder in till

Mila Stockholm by Night Etapp 3, onsdag 16 januari 2019

Tävlingsarena	Arenan är vid OK Ravinens klubbstuga, vid Hellasgården.		
Parkering	Sker på ordinarie parkering vid Hellasgården. Betalning i automater på plats.		
Kollektivtrafik	Buss 401 från slussen rekommenderas. Se sl.se		
Klasser	Klass	Banlängd	Starttid
	Dam	Ca 6 km	19:00
	Herr	Ca 8,5 km	19:00
	Pöbelina	Ca 4 km	19:05
	Pöbel	Ca 6 km	19:10
	Vilsna Själär	Ca 4 km	19:10
	Herr och Pöbel är öppen för alla. Dam och Pöbelina är bara öppen för damer, Vilsna Själär är öppen för DH60 och äldre.		
Start	Alla klasser har gemensam start. Upp till 2 km från arenan beroende på väderlek och snöförhållanden.		
Mål	Utbrutet mål, i anslutning till starten. Viktigt att ni checkar ut vid Arenan innan ni åker hem. Vi vill gärna veta att alla är tillbaka så vi slipper skicka ut folk i skogen och leta.		
Anmälan	Via Eventor senast den 9 januari, kl 23:59		
Efteranmälan	Via Eventor senast den 13 januari kl 23:59		
Avgifter	Ordinarie anmälan 100 SEK, efteranmälan 150 SEK, faktureras i efterhand		
Karta	1:10 000, reviderad 2018, ekvidistans 5 m		
Terrängbeskrivning	Troligtvis vitt underlag i medelkuperad och snygg terräng		
Maxtid	Målet stänger 21.00.		
Service	Servering vid arenan av enklare modell. Trångt med omklädning och dusch vid arenan. Dusch hemma rekommenderas. Föranmäl om ni vill ha soppa + macka + kaffe efter loppet i eventor. Betalas via swish eller exakt betalning (60 SEK).		
Tävlingsledning	Ola Kåberg, olakaberg@hotmail.com , 070 323 66 95		
Mer om	<p>MILA Stockholm By Night är en cupträningstävling först och främst för Stockholms elitlöpare, seniorer och juniorer.</p> <p>Tanken med MILA SBN är att popularisera natorientering men även att hålla kvalitén uppe på träningarna under vinterhalvåret. MILA SBN ger också StOF:s elitmiljö möjlighet att träffas och sprida information i olika frågor en gång per månad under vintern.</p> <p>Svårighetsgraden på banorna ska anpassas till "elit". Stockholms OF:s elitkommitté och Valdemar von Schinkel bestämmer upplägget inför varje deltävling. Det betyder att banlängd och svårighetsgrad kan variera beroende på tidpunkt och underlag.</p> <p>Deltagarna behöver inte delta vid varje tillfälle, men om man vill aspirera på titeln "årets ljushuvud" då är det en fördel att delta ofta och framförallt vid den avslutande finalen.</p> <p>Finalen genomförs med jaktstart baserat på poängställningen efter fyra deltävlingar. Den som har mest poäng startar först och först i mål är segraren i MILA SBN.</p>		