

**IFK Lidingö SOK inbjuder till nationell
medeldistansorientering på Lidingö
den 1 maj 2019
Tävlingen ingår i StOF:s UP-serie**



Tävlingsklasser	H/D10-85, H/D12-16 kort
Inskolningsklass	
Utvecklingsklasser	U1, U2, U3, U4
Öppna klasser	Ö 1,3,5,7,8
Banlängder och profiler	Medeldistans enligt SOFT:s tävlingsregler.
Anmälan	Via Eventor. Anmälan senast onsdagen den 24 april kl 23.59 Deltagare med eget Sportidentnummer anger detta vid anmälan.
Efteranmälan	Senast söndagen den 28 april kl 23.59.
Avgifter	Ungdom t o m 16 år 70:-. Övriga 120:-. Efteranmälan plus 50%. Avgift för Sportidentbricka 30:- tillkommer för de deltagare där bricknummer inte angivits eller som hyr bricka. Avgifterna till klubbanslutna faktureras i efterhand. Löpare som tävlar för en utländsk klubb betalar på plats.
Direktanmälan	I Öppna -, Utvecklings- och inskolningsklasser Ungdom t o m 16 år 70:-. Övriga 150:-. Fri starttid kl 10.00-12.00.
PM, Startlista, Resultat	Publiceras på Eventor. I och med anmälan godkänns publicering.
Kollektivtrafik	Bus 205 från Ropsten till Harrvägen. Därifrån 50 m promenad till Arenan.
Samling Bilar	Vägvisning från N. Kungsvägen (mot Elfvik), 3 km från Ropsten.
Parkering	Upp till 3000 m från Arenan. Begränsade P-möjligheter, P-avgift 30:-. Värna om miljön – åk kollektivt eller samåk!
Arena	Sticklinge skola.
Start	Första start kl 10.00. Lottad start för tävlingsklasser.
Stämplingssystem	Sportident (ej touch free) används i samtliga klasser.
Karta	Ritad 2018/19 med nya ISOM 2017 normen, 5m ekvidistans. Skala 1:10 000.. För H/D45 och äldre samt öppna klasser 1:7 500.
Terräng	Måttligt kuperad terräng. Viss öppen kulturmark. Mestadels god framkomlighet. Stigrikt.
Service	Barnpassning och miniknat kl. 9.30-13.00. Dusch inomhus på arenan. Sportförsäljning, marka och första hjälpen.
Tävlingsledare	Tapani Mattus
Bitr. tävlingsledare	Håkan Ihrfors
Banläggare	Hans Tarandi, Rasmus Palmqvist Aslaksen
Tävlingskontrollant	Jan Söderberg
Bankontrollanter:	Mikael Jansson, Martin Larbo
Kontakt	info@ifklidingo.se tel. 073 020 34 62

VARMT VÄLKOMNA TILL EN HÄRLIG VÅRDAG PÅ LIDINGÖ!

