aros träffen

Västerås SOK bjuder in till

Aroströffen, Långdistans

Västerås, 29 september

Västerås SOK bjuder in till en helhelg med tävling både lördag och söndag med möjlighet att ta del av en rad olika aktiviteter som Västerås har att bjuda på. Passa på att besöka actionbadet Kokpunkten och få 20 procents rabatt med vår tävlingskod eller varför inte testa en flygsimulator på Flygmuséet under lördagseftermiddagen. Vackra miljöer som naturreservatet Ängsö och fornlämningen Anundshög ligger helt nära tävlingen och är gratis att besöka. För dig som anländer med tåg till Västerås kan vi erbjuda transfer till och från tävlingen.

Fina priser lottas ut till de löpare i vuxenklasserna som har deltagit båda dagarna.

Välkommen till en fullspäckad tävlingshelg i Västerås!



Kadesjös

ICA Kvantum Västerås

DokumentSystem

Britt A Tech Company

västerås SOK

Aroträffen, lång

Samling

Kilsta gård efter väg 545 mellan Kungsåra och Ängsö. Vägvisning från korsningen väg 693 (gamla E18) och väg 545 vid Kungsåra, 5 km öster om Irsta.
Avstånd Parkering till Arena max 300m. P-avgift 20 kr.

Klassindelningar

D10	2,4	D35	6,1	H10	2,4	H35	7,3	Inskolning	2,3
D12	3,0	D40	5,0	H12	3,0	H40	7,3	U1 Grön	2,3
D12 K	2,4	D45	4,5	H12 K	2,4	H45	6,5	U2 Vit	2,3
D14	4,3	D50	4,2	H14	4,2	H50	6,1	ÖM1 Vit	2,4
D14 K	3,0	D55	4,2	H14 K	3,0	H55	5,6	ÖM3 Gul	3,0
D16	4,5	D60	3,6	H16	5,5	H60	5,0	ÖM5 Orange	4,3
D16 K	4,3	D65	3,6	H16 K	4,2	H65	4,5	ÖM6 Röd	5,7
D17-20K	4,5	D70	2,9	H17-20K	5,5	H70	4,2	ÖM7 Blå	3,6
D18	5,0	D75	2,9	H18	6,5	H75	3,6	ÖM8 Svart	4,5
D20	5,6	D80	2,4	H20	7,3	H80	2,9	ÖM10 Svart	7,3
D21	8,3	D85	2,4	H21	10,3	H85	2,4		
D21K	5,6	D90	2,4	H21K	7,3	H90	2,4		

Sammanslagning av klasser sker vid för få anmälda, den sammanslagna klassen använder då den kortaste banan för de sammanslagna klasserna.

Anmälan

Via Eventor. Anmälan senast 22/9 till ordinarie avgift, 50% högre avgift för efteranmälan senast 25/9. För vuxna löpare som anmäler sig till öppna banor på tävlingsdagen utgår 50% högre avgift. För ungdom är det samma avgift även vid anmälan på tävlingsdagen. Vid anmälan godkännes att namnet läggs ut på Internet.

Anmälnings-avgifter

Vuxna: 150 kr, Ungdom upp till 16 år: 80 kr. Avgiften faktureras, betalningsvillkor 20 dagar netto.
Deltagare som inte är med i en SOFT ansluten förening och utländska klubbar betalar kontant på tävlingen innan start. Betalning kan ske kontant eller via Swish nr 123 633 6028

Start

Första start 10:00, Avstånd till start: 1400 m, på ängsmark och stig. Öppen motion, U-klasser och Inskolning fri start mellan kl 9.30 - 30 min efter senast lottade start. Startstämpling kommer att tillämpas för Öppen motion, U-klasser och Inskolning.

Direktanmälan

Finns i Öppen motion, U- och Inskolningsklasser. Anmälan görs på plats mellan 09.00 och 10:30. Observera förhöjd anmälningsavgift för vuxna vid direktanmälan, för att undvika denna, anmäl vid ordinarie anmälningstid via Eventor.

Stämplingssystem

Sportident. Ange bricknummer vid anmälan. Deltagare utan anmält bricknummer tilldelas hyrbricka som debiteras med 30 kr. Ej återlämnad hyrbricka debiteras med 525 kr.

PM, Start- och Resultatlista

Skickas inte ut. Vi hänvisar till *www.vasterassok.com* och Eventor

Karta

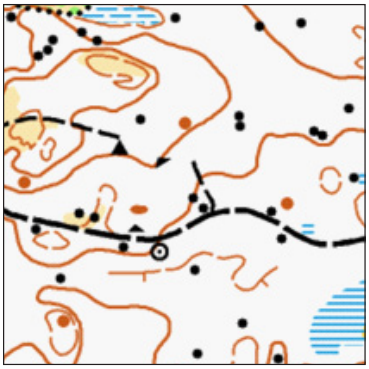
Karta i skala 1:7500 för HD45 och äldre samt ÖM7, 1:15 000 för HD18, HD20 och HD21, för övriga klasser är skalan 1:10 000. 2,5 meters ekvidistans.

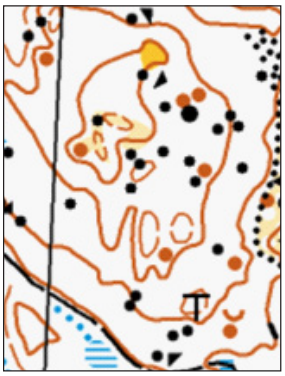
Kartan är ritad av Roger och Marie Åsberg 2017 och kompletterad av medlemmar i VSOK 2018 och 2019.

29 september 2019

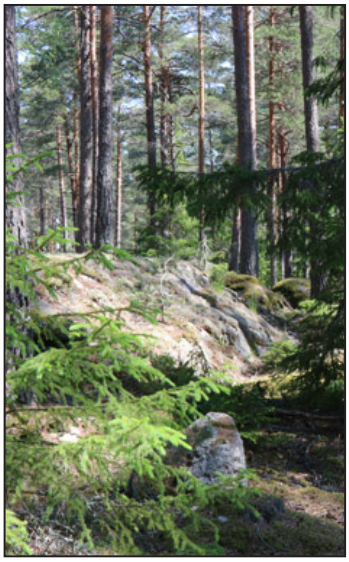
Aroträffen, lång

Terräng och karta Tävlingsområdet är svagt till måttligt kuperat. Stora delar av området består av fin, lättlöpt skog, dock finns det områden med tätare skog som begränsar sikt och löpbarhet. Hyggen förekommer också i begränsad omfattning. Det finns också vissa områden med röjd skog som också är utmärkt på kartan. Kulturmark förekommer i kanten av tävlingsområdet.
Det finns dock endast några stigar och en väg i tävlingsområdet därför har en stig förlängts via vit snitsel. Detaljrikedomen är varierande på kartan.









Service Varmdusch utomhus. Barnpassning och miniknat.

Priser Utlottning av extra priser till deltagare i vuxenklasserna som har tävlat båda dagarna, gäller även öppna klasser!

Servering/mat Välsorterat marketenteri med kaffe, hembakat kaffebröd, smörgåsar, godis, dricka, korv och VSOK's berömda Tacos.

Sportförsäljning Letro Sport

Logi Se nästa sida!

Upplysningar För senaste information se *www.vasterassok.com*

Tävlingsledare Anders Älvegran, 073-810 40 30

Banläggare Ulf Hamrefors

Bankontrollant Per-Olof Sjöström

Tävlingskontrollant Lars Jakobsson

29 september 2019

Aroträffen, lång

Logi

Hotell

Om du söker ett boende som är något utöver det vanliga rekommenderas Hem till Gården, www.hemtillgarden.se. För fler alternativ kontakta Västerås Turistbyrå, tel 021-39 01 00

Bistrokväll på Hem till Gården

På Hem till Gården erbjuds middag under lördagskvällen i det nyligen invigda bistrot Lilla Stallet där det serveras stenungsbakad pizza, sallad och efterrätt till en kostnad av 250 kronor. Detta erbjudande gäller även icke övernattande gäster. Stallet kan endast ta emot upp emot 25 gäster så passa på att boka upp er för en trevlig kväll i mysig miljö! Använd koden ”Aroträffen” vid bokning.

Husbil

För övernattning i husbil finns elplatser i anslutning till tävlingsarenan. Kostnad 100 kronor per natt. Bokas via Eventor.

Transport för resa med tåg eller buss

Vid resa med tåg eller buss till Västerås finns möjlighet till samordnad transport till och från tävlingen och boende på Hem till Gården. Detta är en gratistjänst som vi kan erbjuda i samarbete med Hertz. Boka din transport via karin.cs.akerman@gmail.com. Bokningen görs i samband med att sista datum för ordinarie anmälan till tävlingen går ut.

Aktiviteter

Tävlingen går av stapeln i närheten av flera sevärdheter och möjligheter till aktiviteter!

Naturreservatet Ängsö

Naturreservat https://www.lansstyrelsen.se/vastmanland/besok-och-upptack/naturreservat/angso.html

Ängsöfiskarn

Fiskbutik med café på Ängsö. För öppettiden se www.angsofisk.se.

Anundshög

Sveriges största gravhög med intilliggande skeppssättningar. På området finns också Café Anund. www.anundshog.se

Flygmuseum

Ett unikt museum där de flesta flygplanen är i luftvärdigt skick. Extra guider är beredda för att ta emot oss under söndagen mellan kl 11-16 (stängt under lördagen). Det finns också en simulatoravdelning med 6 realistiska flygsimulatorer. Boka ditt besök via www.flygmuseum.com

Kokpunkten

Häftigt actionbad i det gamla ombyggda Ångkraftverket, www.kokpunkten.se.

Välkommen till Västerås Flygmuseum





Flygmuseum

Ett unikt museum där de flesta flygplanen är i luftvärdigt skick. Museet har extra öppet för besökare från Aroträffen och museet ligger inte långt från TC. Boka din flygupplevelse under tilläggstjänster. Det finns en fantastiskt fin simulatoravdelning med 6 realistiska flygsimulatorer:

- J 35J Draken från Flygvapnet
- JAS 39 Gripen
- Convair 440 Metropolitan från SAS
- McDonnell Douglas DC-10 från Scanair
- Airbus A320
- Link-trainer, en klassiker från 1920-talet

Flygmuseum.com

Pris entre 100:-
Pris sim 30 min 350:-
Ordinarie öppettid, söndag 11-16



Iittala Outlet Skultuna

Priser till de främsta i varje klass från Iittala Outlet i Skultuna. Det är vackra, praktiska och hållbara produkter från iittala, Rörstrand, Arabia och Fiskars, som också kan inhandlas på plats i Skultuna, nära Västerås. Där finns ett utbud av andrahandssortering och outletfynd.
iittala.com

Hertz

Hotell & Konferens
Hem till Gården



Västerås Skid- och Orienteringklubb

Önstavägen 1, 720 02 Västerås, Box 2021
Hemsida: www.vasterassok.com