



Mila
Stockholm
By Night

PM MILA STOCKHOLM BY NIGHT #3 Onsdag 15 Januari 2020

Varmt välkomna till den tredje deltävlingen av Mila Stockholm by Night

Arena Hanings SOK klubbstuga Rudan, Haninge

Allmänna kommunikationer Pendeltåg är ett bra sätt att ta sig till rudan avstigning Handens pendeltågstation, många bussar anlöper Handenterminalen se SL reseplanerare för mer info,

Parkering fri parkering vid rudan friluftsområde enligt gällande parkeringsregler, begränsat med platser samåk gärna eller åk kollektivt.

Karta: Handen Jordbro

Direktanmälan Direktanmälan i mån av tillgång på kartor. Anmälan mellan kl 18:15 - 18:45 i klubbstugan. Avgift 150kr. Du kan betala med kontanter eller Swish. Hyrpinnar finns (30 kr).

Klassindelning

Klasser

Herrar 9,2 km 1:10 000

Damer 6,5 km 1:10 000

Pöbel 6,1 km 1:10 000 Alla

Pöbelina 4,7 km 1:10 000 Damer

Vilsna själar 4,0 km 1:7 500 DH60 och äldre

Spridningsmetod Gafflingar i alla klasser. Start Avstånd till start 1,5 km, följ orange/vit snitsel till starten.

Starttider Gemensam start för respektive klass.

Vilsna själar 19.00

Herrar 19.10

Damer 19.05

Pöbelina 19.15

Pöbel 19.20

Startprocedur Alla löpare har fått ett startnummer, se startlistan i Eventor. Startlista kommer även att finnas vid startplatsen. Gå in i startfällan 5 min innan din start (direkt efter föregående start) och ställ upp er i rader om 30 löpare enligt markeringar. 3 minuter innan start kommer kartorna att delas ut.



Mila
Stockholm
By Night

Överdrag Kan lämnas vid starten, så transporterar arrangören dem till målet.

Kontrollbeskrivningar Kontrollbeskrivningar finns endast på kartan.

Förbjudna områden All tomtmark är förbjudet område.

Mål Målet ligger 1 km från arenan, ansluter till vägen till start rödvit snitsel fram till startsnitseln

Avläsningen av SI-brickorna görs i klubbstugan. Glöm inte att du måste gå till avläsningen oavsett om du har fullföljt eller inte. Annars tror vi att du är kvar ute i skogen och börjar leta.

Servering

Servering med Toast och fikabröd i klubbstugan väl värt ett besök

Startlista och resultat

Startlista och resultat läggs ut på Eventor.

Dusch och toaletter

Dusch inomhus, men endast 3 duschar för dam respektive herr. Ställ väskor utanför omklädningsrummet medan ni är ute och springer. Det kommer bli trångt, men det är ju bara trevligt! En toalett finns i varje omklädningsrum.