

10
MILA

Skellefteå 2023



Tävlings-PM

Skellefteå

18–21 maj 2023

Detta PM innehåller information som berör själva tävlingen. För övrig information hänvisar vi till särskilda PM för respektive område: Karta, Trafik, Sittplatser, Loger, Utställare, Boende/Logi, Servering och Arena.

Öppettider

	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
Kiosker			07 – 10 14 – 22	07 – 00	00 – 13
Restaurang			Bara förbokning	11 – 22	09 – 13
informations-center	13 – 18	08 – 18	13 – 22	07 – 00	00 – 16
Pölder Sport		17 – 21	12 – 21	08 – 00	05 – ca 10.30
Utställare			12-21	08-22	07-10.30
Duschar			12 – 21	08 – 00	00 – 14
Första hjälpen				08 – 00	00 – 14
Öppna banor			13-18.45	09-18.45	

Arena

Skellefteå Kraft Arena (N 64° 45,6839', E 20° 58,0139').

Där ryms allt från start, målgång, växling, restaurang, kiosker, loger, konferenslokaler, omklädningsrum, utställningsytor, sportförsäljning, arenanära boende mm. Vi har en karta kallad Overview vilken är en illustration över var olika saker återfinns. Det finns även speciella PM för loger, PM för sittplatser, PM för utställare, PM för vindskyddsplatser. I anslutning till utlöpningsfällan, i riktning mot startpunkten, är vindskyddsplatserna belägna.

Gratis WiFi

Det finns gratis WiFi i Arenan. Välkommen att logga in på "10Mila-Publik".

Informationscenter/Tävlingsexpedition

Vårt infocenter i Skellefteå Kraft Arena hjälper till med allmän tävlingsinformation och har följande öppettider:

Onsdag 17/5:	13.00 – 18.00
Torsdag 18/5:	08.00 – 18.00
Fredag 19/5:	13.00 – 22.00
Lördag 20/5:	07.00 – 00.00
Söndag 21/5:	00.00 – 16.00

Lagkuvert kan hämtas i informationscentret från onsdag 17:e maj.

Hyrda SI-brickor hämtas ut i informationscentret. SI-brickor måste vara betalda innan de kan hämtas ut.

Efter omstarten på söndagen delas även kartor ut vid informationscentret.

Lagkuvert

Lagkuvertet innehåller nummerlappar och team-access kort (lagledarkort). Lagkuverten hämtas ut i informationscentret.

Team-access kort (lagledarkort) används även för hämtning av kartor på söndagen. Team-access kort = kartbiljett. Detta tävlings-PM finns på www.10mila.se under rubriken "Tävling" samt anslaget på arenan.

Förening som inte betalat samtliga avgifter innan tävlingen till arrangören måste betala dessa innan lagkuvertet lämnas ut. Har betalningen gjorts under veckan före tävlingen skall kvitto på betalningen visas när lagkuvertet hämtas ut. Betalning kan ske med Swish eller med de vanligaste betal- och kreditkortet.

Lagsammansättning

För alla klasser gäller att laguppställning skall anmälas via Eventor senast fredag den 19:e maj kl. 21.00. Observera att nummer på SI-brickor inte ska anges eftersom detta sker vid incheckning till start/växlingsområdet. Efter detta kan lagändringar göras. Lagändring lämnas in i informationscenter. Lagändring kan göras fram till en timme innan respektive start, men endast om det finns godkända skäl. Lagändring skall då skriftligt motiveras och godkännas eller avslås av arrangören.

Reserver

Reserv får sättas in vid sjukdom eller skada under pågående tävling och disponering av anmälda löpare får då ändras. Ändring skall anmälas till tävlingsexpeditionen snarast möjligt och innan berörd sträcka.

Deltagande i flera budkavlar

Det är tillåtet för flickor som sprungit Ungdomskavlen att delta i Damkavlen och Tiomilakavlen. Det är tillåtet för pojkar som sprungit Ungdomskavlen att delta i Tiomilakavlen. Det är tillåtet för damer som sprungit Damkavlen att delta i Tiomilakavlen.

Det är INTE tillåtet att delta mer än en gång i samma kavle.

Öppna banor får springas både före och efter deltagande i Tiomilabudkavlarna.

Löparbank, alla budkavlar

Får ni inte ihop egna lag inom klubben så finns möjligheten till kombinationslag. Information om en löparbank där deltagare kan söka lag som behöver löpare och där lag kan söka löpare finns på www.10mila.se

Lagledare

Varje lag har rätt att ha en ledare på plats i avslutning till växlingsfällan. Ledaren har access till uppvärmningsområdet efter incheckning samt anvisat område på läktaren. Inga ledare tillåts vistas i växlingsfällan inne på rinken. Ett team-access kort (lagledarkort) finns i ert lagkuvert.

Startnummer

Startnummer följer placeringar i 10MILA 2022 för de 100 bästa lagen i Ungdomskavlen och de 150 bästa lagen i Damkavlen och Tiomilakavlen. Vid vakanta nummer bland dessa kommer nya lag att läggas in. För övriga gäller att tidig anmälan ger lägre startnummer.

Följande nummerserier tillämpas:

- Ungdomskavlen Nr 1001-
- Damkavlen Nr 501-
- Tiomilakavlen Nr 1-

Nummerlapp

Nummerlappen är självhäftande och skall vara synlig i sin helhet under hela tävlingen. Streckkoden på nummerlappen måste vara oskadad vid ingång till start- och växlingsområdet. Nummerlappen är en exponeringsyta för arrangörernas sponsorer och samarbetspartners och innehar därför ett betydande kommersiellt värde, inte minst vad avser de främsta lagen i respektive kavle, till exempel vid växling och målgång.

Klädsel

Det är löparens ansvar att klädseln är korrekt och att klädseln följer SOFT:s regler för klädsel (www.svenskorientering.se). Alla löpare ska ha heltäckande klädsel. Spikskor får inte användas. Skor med metalldubb är tillåtet.

Avlysning - komplettering

Följande revidering gäller för tidigare publicerad avlysning:

Det är tillåtet att köra E4 genom avlyst område eller om man ska besöka Solbackens Handelsområde, samt även köra bilvägen upp till Äventyrs- huset Boda Borg om man har bokat besök där. Kompletterad avlysning redovisas på 10mila.se

Terrängbeskrivning

Terrängtyp

Terrängen består av lättlöpt skogsterräng med mycket god sikt och få områden med löphindrande partier. Undervegetationen begränsar inte löphastigheten på något sätt.

Kulturmark och sankmarker förekommer i begränsad omfattning. Dessutom bjuds det på ett antal bergspartier med snabblöpta och tekniskt krävande hållmarker. Området närmast arenan består av ett område med stigar och tydliga ledstänger. Utgången från arenaområdet inleds med måttlig stigning för att sedan plana ut något. I takt med ökade banlängder minskar antalet ledstänger och detaljrikedom ökar. De längre banorna, som går i områdets allra östligaste delar, präglas av mycket snabblöpt skogsterräng med inslag av orienteringstekniskt krävande partier.

Kupering

Kuperingen är måttlig med inslag av brantare sluttningar med stor detaljrikedom.

Karta

Karta i skala 1:7 500 för Ungdomskavlen och 1:10 000 för övriga klasser. Ekvidistansen är 5 m. Kartan är ritad 2018 - 2022 av Pär Norén och Anders Järvelä. Grundmaterialet har varit laser-



skannat material, kartan är ritad enligt kartnormen ISOM2017-2.

Lokala karttecken

Lokala karttecken redovisas i separat PM-kartterräng.

Kartvändning

På sträcka 4 i Tiomilakavlen tillämpas s.k. kartvändning. Detta beskrivs i separat PM-kartterräng.

Förbjudna områden

Förbjudna områden är markerade på kartan enligt SOFT:s tävlingsregler. Beträdande av förbjudna områden innebär diskvalificering.

Kontroller

Kontrollerna är utmärkta med orange/vit skärm samt med en reflexstav under skärmen. Vid varje kontroll finns minst två stämpingsenheter. Inga stiftklämmor finns. Kontrollens kodsifra finns markerad på varje SI-enhet. Höjden på kontrollställningarna är ca 60 cm.

I vissa områden är det tätt mellan kontrollerna, kontrollera kodsiffrorna mycket noga.

Vissa kontroller är bemannade med funktionärer och/eller besöks av media under tävlingen. Det kommer även att finnas en VIP-grupp ute i skogen under någon av Damkavlens respektive Tiomilakavlens första sträckor.

Stämplingssystem

Sportident kommer att användas i samtliga budkavlar. Ej Touch Free.

OBS! Varje SI-pinne får endast användas en gång under samtliga budkavlar.

Vid stämpling med SI-bricka är det löparens ansvar att försäkra sig om att ljus- och ljudsignal erhålls från kontrollenheten som bekräftelse på att stämplingen är godkänd. Vid händelse av att ljud- och ljussignal ej erhålls skall annan enhet vid kontroller användas.

Ljusförhållanden under Tiomilakavlen

Solen går ner kl. 22.08 på lördagskvällen och upp kl. 02.55 på söndagsmorgon.

Tracking med GPS-sändare

GPS-tracking används på samtliga sträckor i Damkavlen och Tiomilakavlen, däremot inte i Ungdomskavlen. Det är obligatoriskt att

bära GPS-sändare för löpare i utvalda lag och om lag nekar att bära sändare enligt arrangörernas anvisning utesluts laget omedelbart ur tävlingen. I Damkavlen och Tiomilakavlen bärs GPS-sändare av de lag som anges på www.10mila.se under "Tävling", i bilaga till PM i Eventor samt anslås vid ingång till växlingsfällan på arenan. Listan över angivna lag som skall bära GPS kan förändras under tävlingen.

Uppdatering av angivna lag meddelas av speaker och anslås vid ingång till växlingsfällan. GPS-enhet och väst hämtas vid incheckningen till växlingsfällan senast 20 minuter före start eller beräknad växlingstid. GPS-enhet och väst skall omedelbart återlämnas efter genomförd sträcka efter avläsning av SI-bricka. Återlämning sker vid anvisad plats vid utcheckningen. Funktionärer hjälper till både vid utdelning och återlämning av GPS-västar och enheter.

Ej återlämnad GPS-väst och enhet faktureras 1 800 kronor.

Vätska

Vätska i form av vatten och sportdryck från Enervit finns på Damkavlen sträcka 1, 3, 4 och 5 samt Tiomilakavlen sträcka 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8 och 10. Vätskekontrollerna är markerade på kartan eller på kontrollbeskrivningen, se separat PM-kartterräng.



PHOTO: Johan Sjödin

Start, växling och målgång

Då start, växling och målgång sker inomhus med speciella förutsättningar krävs extra uppmärksamhet från respektive löpare att i förväg studera området samt de kartor som beskriver löpvägarna.

Incheckning

Löpare ansvarar för att tömning av SI-bricka sker innan incheckningen.

Vid incheckningen knyts SI-brickan till löpare, sträcka och startnummer med hjälp av en streckkod på nummerlappen. Efter incheckning får löparen inte lämna start- och växlingsområdet.

Start

Endast löpare som skall springa startsträckan får befinna sig i startområdet inför starten på respektive budkavle för att undvika trängsel.

Senast fem (5) minuter innan start skall löparen vara uppställd vid nummer motsvarande lagets startnummer. Följ startspeakers anvisningar.

Budkavle	Starttid	Incheckning
Ungdomskavlen	10.00	09.15 - 09.45
Damkavlen	13.30	12.45 - 13.15
Tiomilakavlen	20.30	19.45 - 20.15

Startprocedur

Starten kommer för samtliga budkavlar att ske inomhus, på rinken, genom s.k masterstart. Endast löpare som skall springa startsträckan får befinna sig i startområdet (på rinken) inför starten på respektive budkavle för att undvika trängsel. Senast fem (5) minuter innan start skall löparen vara uppställd vid nummer motsvarande lagets startnummer. Starten kommer därefter att ske genom att samtliga startande tillsammans GÅR ut ur arenan. Startsignal kommer därefter att ges när samtliga löpare är samlade utanför byggnaden. Följ startspeakers anvisningar mycket noga.

Växling

Vid incheckningen till växlingsområdet knyts SI-bricka till löpare, sträcka och startnummer med hjälp av en streckkod på nummerlappen.

Efter incheckning får löparen inte lämna växlingsområdet. Löparna uppmanas att vara ute i god tid för incheckning för att inte riskera att missa sin växling.

Endast kommande sträckas löpare får vistas i växlingsområdet. Visa hänsyn och ge plats för utgående löpare!

Toaletter, bildskärmar med förvarnade lag och terminaler för passertider finns i växlingsområdet. Utgående löpare får information om inkommande löpare från förvarningen.

Överdragskläder hanteras av respektive lag.

Inkommande löpare till växling

Det finns två fällor in mot mållinjen. Skyltar visar vilken fälla som löparna skall springa i. Funktionärer skyltar om under tävlingen.

Fälla 1: Tät- och målfälla. I denna fälla, som ligger längst till vänster i löpriktningen, springer tätlagens löpare vid växling och alla lag vid målgång.

Fälla 2: Växlingsfälla. I denna fälla springer alla lag med undantag av tätlagens löpare. Se ovan.

Löpare stämplar vid mållinjen. Utebliven stämpling innebär diskvalificering. Efter stämpling på mållinjen lämnas kartan till funktionär och man fortsätter till kartplanket där nästa sträckas karta finns. Kartan för lägsta startnummer hänger längst bort på planket. Ryck bort nästa sträckas karta från kartplanket. Plastfickan är perforerad för att underlätta. Kontrollera noga att det är rätt startnummer och sträcka.

Växlingen sker sedan genom att kartan överlämnas till nästa löpare som står vid växlingsstaketet. Löparna ansvar själva för att rätt karta överlämnas vid växling. Saknas en karta vid växling kan ny karta hämtas i "Kartakuten" som finns vid kartplankets slut.

Ungdomskavlen växling

Till dig som är lagledare: Läs detta noga och förklara för dina löpare hur det fungerar! Varje lag har rätt att ha en ledare på plats i an-

slutning till växlingsfällan. Ledaren har access till uppvärmningsområdet efter incheckning samt anvisat område på läktaren. Inga ledare tillåts vistas i växlingsfällan inne på rinken. Ett team-access kort (lagledarkort) finns i ert lagkuvert.

Växel 1: Löpare på sträcka 1 kommer in till växling. Vid kartplanket hänger det två kartor i en gemensam plastficka märkt STR 2. Löparen lämnar över kartorna till utgående löpare på sträcka 2 (karta 2-1 och 2-2), vilka springer iväg samtidigt.

Växel 2: Den första löparen från sträcka 2 kommer till växling. Vid kartplanket hänger det två kartor i en gemensam plastficka märkt STR 3. Löparen lämnar över båda kartorna till utgående löpare på sträcka 3 (karta 3-1 och 3-2), vilka springer iväg samtidigt. Den andra löparen på sträcka 2 tar ingen karta! Står det STR 4 har växling redan skett.

Växel 3: Den första löparen från sträcka 3 kommer till växling. Vid kartplanket hänger en karta märkt STR 4. Den andra löparen hittar ingen karta. Den löpare som kommer först till målstämplingen på sträcka 2 och 3 räknas in i lagets resultat. Om den första löparen på respektive sträcka stämplat fel kommer laget att diskvalificeras, även om den andra löparen på samma sträcka har stämplat korrekt.

Målgång

Inkommande löpare springer in i fällan längst till vänster. Vid behov avgörs placering av måldomare vid passering av mållinjen. Löparen målstämplar därefter i målenheter som finns några meter efter mållinjen. Observera att området efter mållinjen endast får beträdas av löpare i de aktuella tätlagen samt utvalda funktionärer. Ledare och andra klubbmedlemmar får ta emot sitt lag efter att det passerat utcheckningen och intervjuzonen.

Klasser, starttider och växlingar

UNGDOMSKAVLEN

Starttid: Lördag 20:e maj kl. 10.00 | Målgång: ca kl 11.30 | Omstart: 12.30

Sträcka	Banlängd	Gaffling	Svårighet	Löptid	Växlingstid	Typ	Kartstorlek
1	3.9 km	Ja	Orange	24 min	10.24	Dag	A4
2	4.0 km	Ja	Orange	24 min	10.48	Dag	A4
3	2.8 km	Nej	Gul	17 min	11.05	Dag	A4
4	4.4 km	Ja	Orange	27 min	11.32	Dag	A4

I banlängden ingår för sträcka 1 in/utgående snitsel med 900 m, övriga sträckor 1050 m. I Ungdomskavlen får ungdomar upp till och med DH-16 delta. Minst två sträckor ska i sin helhet springas av flickor. D.v.s samtliga löpare på dessa sträckor ska vara flickor. På sträcka 2 och 3 får två löpare delta parallellt (dubblering). Sträcka 4 ska löpas av en flicka.

DAMKAVLEN

Starttid: Lördag 20:e maj kl. 13.30 | Målgång: ca kl 17.45 | Omstart: 19.00

Sträcka	Banlängd	Gaffling	Löptid	Växlingstid	Typ	Kartstorlek
1	6.6 km	Ja	46 min	14.16	Dag	A3
2	5.9 km	Ja	41 min	14.57	Dag	A3
3	10.2 km	Nej	68 min	16.05	Dag	A3
4	6.8 km	Ja	47 min	16.52	Dag	A3
5	8.4 km	Ja	57 min	17.49	Dag	A3

I banlängden ingår för sträcka 1 in/utgående snitsel med 900 m, övriga sträckor 1050 m.

TIOMILAKAVLEN

Starttid: Lördag 20:e maj kl. 20.30 | Målgång: ca kl 06.40 | Omstart: Söndag 08.25 och 08.30

Sträcka	Banlängd	Gaffling	Löptid	Växlingstid	Typ	Kartstorlek
1	13.5 km	Ja	73 min	21.43	Dag/Skymning	320x640mm
2	13.6 km	Ja	73 min	22.56	Skymning	320x640mm
3	5.9 km	Nej	32 min	23.28	Skymning/Natt	A3
4	16.5 km	Nej	88 min	00.56	Natt	320x640mm
5	9.5 km	Ja	51 min	01.47	Natt/Gryning	A3
6	10.3 km	Ja	55 min	02.42	Gryning	A3
7	9.6 km	Ja	52 min	03.34	Dag	A3
8	13.9 km	Ja	74 min	04.48	Dag	320x640mm
9	6.9 km	Ja	37 min	05.25	Dag	A3
10	13.7 km	Ja	73 min	06.38	Dag	320x640mm

I banlängden ingår för sträcka 1 in/utgående snitsel med 900 m, övriga sträckor 1050 m.
Sträcka 3 har medeldistanskaraktär.

Viltrapportering

lakttagelse om i första hand klövvilt (älg, rådjur, ren) ska rapporteras i viltrapporten vid "Röd utgång".

Ej godkänt lag

Lag som visar sig vara "ej godkända" får besked om detta vid utläsning av SI-bricka och anses därmed som diskvalificerade. Om klargöranden behövs hänvisas löparen till "Röd utgång".

Laget får dock fortsätta tävlingen utom tävlingen men kan komma att kvarhållas av funktionärer vid kartplanket tills det gått cirka 30 minuter efter att ledande lag växlat om så blir aktuellt. Detta för att inte laget skall påverka utgången av tävlingen.

Lagledare som vill protestera mot en diskvalifikation ska göra det skriftligt och blankett finns i informationscenter. Den skriftliga protesten lämnas in i informationscenter senast 60 minuter efter målgång på aktuell sträcka.

Löpare som avbrutit tävlingen

Löpare som utgått eller på annat sätt inte passerat mållinjen och avläsningen måste gå till utcheckningen för avläsning av SI-bricka. Löparen kommer annars att registreras som "Kvar i skogen".

Maxtid

Maxtid är 3 timmar efter omstart i Ungdoms- respektive Damkavlen.

I Tiomilakavlen är maxtiden 4 timmar.

Omstart

- Ungdomskavlen. Lördag kl. 12.30
- Damkavlen. Lördag kl. 19.00
- Tiomilakavlen, sträcka 10. Söndag kl. 08.25

Tiomilakavlen, övriga sträckor. Söndag kl. 08.30

Växlingsfällan stänger 15 minuter före ovanstående tider. Omstartande löpare måste springa den sträcka som angavs i laguppställningen. De lag som deltar i omstarten placeras i resultatlistan efter de lag som fullföljt tävlingen utan medverkan i omstarten. Lag som utgått eller tidigare diskvalificerats får delta i omstarten.

Kartutlämning

Utlämning av kartor sker för alla klasser vid vårt Infocenter söndagen den 21 maj efter omstart i Tiomilakavlen och fram till kl. 16.00. Utlämning sker endast mot uppvisande av team-access kort (lagledarkort) som finns i lagkuvretet och efter inlämnande av hyrda SI-brickor. Utdelningskartan innehåller samtliga budkavlar i form av en folder (typ hitta ut). Extra kartor kan köpas för 20 kronor styck.

Tävlingsregler

Generellt

Svenska Orienteringsförbundets tävlingsregler och bestämmelser gäller för tävlingen www.orientering.se/utova-och-folj/tavla/dokument-stod/regelverket/

Följande är några av de viktigaste reglerna: Det är den tävlandes ansvar att känna till tävlingsreglerna. Bristande kännedom fritar inte någon från eventuell påföljd.

- Tävlade ska vid start ha heltäckande klädsel.
- Tävlade får inte lämna upplysningar om tävlingsbanan eller tävlingskartan innan tävlingen är avslutad. Detta gäller även digitala GPS-rutter.
- Tävlade är skyldig att respektera de förbjudna områden som är markerade på kartan och/eller banpåtrycket.
- Tävlade är skyldig att följa snitslad sträckning hela vägen.
- Tävlade är skyldig att efter bästa förmåga hjälpa annan tävlade som skadat sig.
- Tävlade får inte inhämta upplysningar om tävlingsbanan eller tävlingskartan, annat än det som lämnas av tävlingsledningen, innan tävlingen är avslutad.

Deltagare från Ryssland och Belarus

10MILA 2023 tillämpar SOFT:s regler vilket innebär följande: Deltagande av ryska och belarusiska lag samt deltagande för ryska och belarusiska föreningar tillåts inte. Ryska och belarusiska aktiva som tävlar för svenska eller andra föreningar utanför Ryssland och Belarus



tillåts att delta om den aktive var medlem i föreningen före 4 mars 2022. Det är föreningarna som har ansvar för att SOFT:s beslut följs. Det är föreningarna som utifrån läget, specifika förutsättningar för föreningen och individerna, beslutar om man tillåter deltagare från Ryssland och Belarus.

Det är viktigt att beslutet är förankrat i föreningen. 10MILA-arrangören agerar först efter det att någon lämnar en protest.

Försäkring

Löpare som ej är medlem i SOFT-ansluten förening deltar på egen risk och rekommenderas att kontrollera sitt försäkringskydd inför deltagande på 10MILA.

Träningsområden

Träningsområden erbjuds under hela veckan enligt separat PM [https://www.10mila.se/images/10mila_2023/Traningsomraden SV B1.pdf](https://www.10mila.se/images/10mila_2023/Traningsomraden_SV_B1.pdf). Beställda kartor kan hämtas vid vårt Infocenter.

Öppna banor

Öppna klasser erbjuds under fredag eftermiddag och hela lördagen.

Fredag 19/5 kl. 13.00 – 18.45

Lördag 20/5 kl. 09.00 – 18.45

Anmälan sker vid infocenter i Arenan. Anmälningsavgiften är 80 kronor för personer födda 2007 och senare, 175 kronor för personer födda 2006 och tidigare. Banorna går i ett separat terrängområde på promenadavstånd från arenan. Området ligger i omedelbar närhet till tävlingsområdet. Är begränsat till storlek och har karaktären av närområde. Rikt nät av stigar, måttlig kupering med bitvis detaljrika partier.

Följande öppna banor erbjuds:

Klass	Banlängd	Nivå
Mycket lätt	2.1 km	Vit
Lätt	2.4 km	Gul
Medelsvår	2.8 km	Orange
Svår-1	3.0 km	Blå
Svår-2	5.2 km	Svart
Svår-3	6.7 km	Svart

FÖRSTA HJÄLPEN

Vid akut olycksfall ring 112.

Räddningsnummer vid behov av skadetransport 076-135 98 32. Första hjälpen erbjuds i arenan samt vid räddningsplatser i tävlingsområdet markerade på tävlingskartan. Även kontrollvakter och vätskestationer är utrustade med första förband.

Vid behov av akut sjukvård hänvisas till akutmottagningen vid Skellefteå Lasarett, cirka 2 km från arenan. Skadetransport från arenan till akutmottagningen kan erbjudas.

Övrig information

Arenafrågor

Se separat PM- Arena.

Matsservering, kiosk och sportförsäljning

Se separat PM- Arena och Servering.

Loger

Se separat PM-Loger.

Sittplatser

Se separat PM-Sittplatser.

Vindskydd

Se separat PM-Vindskydd.

Utställare

Se separat PM-Utställare.

Logi

Se separat PM-Logi.

Trafik och Parkeringar

Se separat PM-Trafik.

Flygbussar

För er som har bokat transport till Umeå eller Luleå flygplatser efter avslutad tävling. Avgångstid är kl 12.30 för både Umeå och Luleå. Samling vid välkomstportalen vid entrén till arenaområdet. Där står två minibussar.

Kvarglömt

Borttappad utrustning etc. kan efterfrågas vid infocenter under tävlingsdygnet.

Frågor efter tävlingen

Efter tävlingen går det även bra att skicka e-post till info2023@10mila.se. Tillvaratagen utrustning kan återfås fram till 21 juni 2023. Eventuell fraktkostnad betalas av mottagaren. Efter ovanstående datum kommer kvarglömt material att skänkas till hjälporganisationer.

Resultat

Onlineresultat finns på <http://online.10mila.se/>

10MILA TV och Arenaproduktion

Det finns flera kameror i området som bevakar tävlingen. TV-torn och master för TV-produktion

är ej utmärkta på kartan, då de är tillfälligt uppställda på platser som varierar under tävlingsdygnet. Det finns löpande kamerapersonal som kan komma att springa med/följa efter löpare i terrängen och filma. Se mer information om webb-TV sändningarna och hur du beställer på webTV.10mila.se

Prisceremoni

De tio första lagen i respektive kavle får hederspris. Prisceremoni genomförs vid scenen vid tidpunkter enligt nedan:

- Ungdomskavlen: lördag kl. 12.50
- Damkavlen: lördag kl. 19.15
- Tiomilakavlen: söndag kl. 08.35

Pristagande lag ombeds samlas vid scenen minst 10 minuter innan utsatt tid för prisceremoni.

Ovan angivna tider är preliminära och kan komma att ändras.

Reklam

På arenan är endast arrangörens reklamskyltar tillåtna.

Drönare

Det råder ett generellt förbud mot att flyga med drönare över eller i anslutning till tävlingsarenan såväl som över avlyst tävlingsområde.

Tävlingsledning

Ledning

Ola Mannberg, tävlingsledare

ledning2023@10mila.se

Tävlingsadministration

Ulf Hägglund

tavlingsadm2023@10mila.se

Arenachef och biträdande tävlingsledare

Thomas Norström

tavling2023@10mila.se

Press

Annika Kruuna

media2023@10mila.se

Informationscenter

Maria Åhlund

info2023@10mila.se

Logi

Åsa Olsson

logi2023@10mila.se

Ekonomi

P-A Lindgren

ekonomi2023@10mila.se

Träningspaket

traning2023@10mila.se

Banläggare

Jakob Forsselius, Skellefteå OK

Mats Wahlheim, Robertsfors IK

Mikael Yngvesson, Robertsfors IK

Martin Lundmark, Långvikens OK

Håkan Lundmark, Långvikens OK

Karritare

Anders Järvelä, Skellefteå OK

Pär Norén, Vännäs OK

Kontrollanter och coacher

Tävlingskontrollanter

Tom Korsman, Umeå OK

Björn Johansson, Umeå OK

Bankontrollant

Lennart Strandberg, Skogslöparna

Kartkontrollant

Lennart Strandberg, Skogslöparna

Tävlingscoacher

Per-Arne Forsberg, Föreningen Tiomilakavlen

Christer Nordström Föreningen Tiomilakavlen

IT-coach

Samuel Henriksson, Föreningen Tiomilakavlen

Bancoach

Tommy Eriksson, Föreningen Tiomilakavlen

Tävlingsjury

Juryordförande och sammankallande

Christer Nordström, Föreningen Tiomilakavlen

Ungdomskavlen

Frida Forsberg, Tullinge SK

Jonny Karlsson, OK Denseln

Lotta Sundblad, Eksjö SOK

Damkavlen

Leif Strandberg, Skogslöparna

Jonny Karlsson, OK Denseln

Carina Bergander, Eksjö SOK

Tiomilakavlen

Lars Ambrosiusson, IFK Mora OK

Peter Berggren, OK Kolmården

Bengt Öhlund, IKHP Huskvarna

[Instagram](#)

[Facebook](#)

[Twitter](#)

*Följ oss gärna på
sociala medier!*



HUVUDSPONSOR



GULDSPONSORER



Välkommen till 10MILA i Skellefteå!
Tävlingar | aktiviteter | folkfest

