



OK Älvsjö Örby



Inbjuder till 46:e Tiomilarepet 17 april 2024 stafett med 2 sträckor

Klasser:	H 21 Lång 8,5 km	D 21 Lång 6,5 km	H/D 14 19.00
Banlängder:	H 21 Kort 6,5 km	D 21 Kort 5,0 km	Damer 19.15
Start	H -16 5,5 km	D -16 5,3 km	Övriga 19.30
	H 90 5,2 km	D 90 4,4 km	H 21 L 19.45
	H 110 5,5 km	H/D -14 3,1 km	
	H 125 4,5 km	För H90, H110 och D90 är sammanlagd ålder som räknas	

Banlängderna är preliminära och kan komma att justeras något

H/D 14 gäller valfri sammansättning (H/H, H/D eller D/D). I samtliga klasser är kombinations lag tillåtna.
Gafflade sträckor utom i H/D 14.

Öppna banor: 3 km Medel, 3 km Svår, 5 km Svår, 7 km Svår.
Öppna banor endast anmälan på plats.
Anmälan 18-19, fri starttid 18.15-19.45

Anmälan: Via Eventor, senast torsdag 11/4 kl 23.59
Bricknummer för resp sträcka anges vid anmälan. I annat fall tilldelas laget
hyrbrickor 30:- /st.

Efteranmälan: Mottages mot 50 % förhöjd avgift till t.o.m söndagen 14/4 kl 23.59

Stämplingssystem: Sportident används i samtliga klasser.
Brickändring på tävlingsdagen innebär automatiskt hyrbricka
Hyra av SI-pinne debiteras med 30:-

Avgifter: H/D17 - 130 kr/deltagare. H/D -16, 60 kr /deltagare

Samling: Segeltorps IP, Rytthalsvägen, Kungens kurva

Parkering: Parkering 200 -600 m från arenan på allmänna parkeringar
Var noga med gällande parkeringsregler

Kommunala Färdmedel: Buss 710, sök tider på SL.se

Terräng/karta: Måttligt kuperad. Terrängen är i huvudsak lättframkomlig
Kartskala 1:7 500 för H/D 90, H 110, H 125, H/D 14
övriga 1:10 000

Start: I anslutning av Arenan

Service: Dusch i begränsad omfattning inomhus, toaletter i omklädnadsrum

Upplysningar: Christer Nordström 076 – 115 25 70

Välkomna