

svartnatta@vingakersok.se

KJULATÄVLINGEN

Långfredagen 6/4
Långdistans, Kjula IF
kjulaif.se

SVARTNATTA

Skärtorsdag 5/4
Nattbudkavle
Vingåkers OK
www.vingakersok.se



STOCKENFEJDEN

Påskafton 7/4
Långdistans, Strängnäs-Malby OL
www8.idrottonline.se/Strangnas-MalbyOL

Vässa formen inför 10MILA med en

PÅSK- TURNE

genom vackra Sörmland till dramatiska Kolmården

KOLMÅRDSDUBBELN

Påskdagen 8/4
Medeldistans med
elitklasser

Annandag påsk 9/4
Klassiska
Kolmårdskavlen



www.kolmardsdubbeln.se

Inbjudan



Vingåkers OK
inbjuder till den 19:e upplagan av

Svartnatta

Nattbudkavle för 2-mannalag
Skärtorsdagen 5 april 2012



Klasser & Banlängder

Herrar (H21)	2 x 8,5 km (ca)
Damer (D21)	2 x 5,0 km (ca)
Öppen (H21K)	2 x 4,5 km (ca)

Samtliga sträckor är gafflade.

Blå
Blå
Röd

Tävlingsform

Svartnatta är en nattbudkavle för 2-mannalag. Tiomilaträning, man mot man, kvinna mot kvinna i svart, svart natt... Fina priser till de tre främsta lagen i respektive klass.

Samling

TC vid gården Skarbjörke söder om Vingåker. Vägvisning från vägen Vingåker-Byle, ca 5 km S om Vingåker.

Anmälan

Ordinarie anmälan skall vara oss tillhanda senast den 26:e mars via Eventor (eller per e-mail: svartnatta@vingakersok.nu)

Efteranmälan

Efteranmälan via e-mail kan göras fram t.o.m. 1:e april, klockan 21.

Anmälningsavgift

Ordinarie anmälningsavgift är 200 kr per lag. Vid efteranmälan 50% förhöjd avgift.

Stämplingsystem

SPORTident.
Viktigt! Ange bricknummer vid anmälan. Bricknummer är knutet till sträckan.

Om bricknummer ej anges i anmälan kommer laget tilldelas hyrbrickor.
Hyrpris 30 kr.

Startlista & PM

Startlista & PM kommer att presenteras på denna hemsida.

Parkering

I anslutning till TC.
P-avgift 20 kr.

Start

Vid TC, gemensam start för samtliga klasser klockan 21:00.

Karta

Skala 1:10 000, ekvidistans 5 m. reviderad 2011.
Digitaltryck av mycket god kvalitet.

Terräng

Lättlöpt skogsmark med vägar och stigar. Svag till måttlig kupering och god framkomlighet.

Dusch

Varmdusch vid TC.

Marka

I sedvanlig omfattning.

Upplysningar

Se telefonnummer nedan.
Eller skicka ett mail till svartnatta@bankkontroll.se

Huvudfunktionärer

Tävlingsledare:	Hans Ragvald	0151-51 14 20, 070-534 41 63
Banläggare:	Stig Gerdman	0151-127 56, 070-516 70 48
Karritare:	Stig Gerdman	
Tävlings/bankontroll:	Börje Eriksson, Regna IF	

Välkommen till Svartnatta 2012



**Kjula IF inbjuder till
Påsk-OL
Långdistans
Långfredagen den 6 april 2012**

Ingår som deltävling i SOF:s Ledartröjan

Huvudklasser		Ungdomsklasser	Inskolnings- och Utvecklings- klasser	Öppna motionsklasser	
H 85	D 75	H 16	Inskolning	ÖM 1	Lätt
H 80	D 70	H 16 Kort	U 1	ÖM 2	Lätt
H 75	D 65	H 14	U 2	ÖM 3	Lätt
H 70	D 60	H 14 Kort		ÖM 4	Lätt
H 65	D 55	H 12		ÖM 5	Medel
H 60	D 50	H 12 Kort		ÖM 6	Medel
H 55	D 45	H 10		ÖM 7	Svår
H 50	D 40			ÖM 8	Svår
H 45	D 35	D 16		ÖM 9	Svår
H 40	D 21	D 16 Kort			
H 35	D 21 Kort	D 14			
H 21	D 20	D14 Kort			
H 21 Kort	D18	D 12			
H 20	D 17-20 Kort	D 12 Kort			
H 18		D 10			
H17-20 Kort					

Banlängder och nivå (svårighetsgrad) enligt SOFT:s rekommendationer.

Anmälan	Via anmälningssystemet Eventor. Vid ev. problem med detta, i undantagsfall via E-post eller post till: mikael.egneblad@gmail.com eller Mikael Egneblad, Lindarsnäs Fiskholmen, 640 43 Ärla. Anmälningarna skall vara arrangören tillhanda senast tisdag 27 mars.
Anmälnings- avgifter	Vuxna 100:-, ungdom t o m 16 år 50:-. Anmälningsavgifterna faktureras, gäller ej klubblösa och utländska löpare.
Efteranmälan	Via Eventor, senast tisdag 3 april. Efteranmälan mot 50 % tillägg.
Vakansplatser	I ungdomsklasserna kommer det att finnas 3 st vakansplatser/klass. Anmälan till vakansplatser kan endast göras på tävlingsdagen. Anmälningsavgift 75:- .
Samman- slagning	Vid få anmälningar kan sammanslagning av klasser ske.
Direktanmälan	Anmälan till öppna klasser och inskolningsklass mellan kl. 10.30 -12.00, start mellan kl. 11.00 och 12.30. Anmälningsavgifterna faktureras, gäller ej klubblösa och utländska löpare. Anmälningsavgift: Vuxna 90:-, ungdom t o m 16 år 50:-.

Stämplings-system	Sportident. Eget SI-nummer anges vid anmälan! Vid ej angivet SI-nummer tilldelas automatiskt löparen hyrpinne, kostnad 25 kr.
Start- och Resultatlista	Start- och resultatlistor kommer att finnas på Eventor samt Kjula IF:s hemsida (http://kjulaif.se).
Samling	Samling och vägvisning längs vägen mellan Kjula och Årla. Lämplig avfart från E20 mellan Eskilstuna och Strängnäs vid trafikplats Kjula (avfart 134), därifrån ca 5 km till TC. Se även tävlingskalendern.
Parkering	100 – 1 000 m från TC.
Start	Första ordinarie start kl. 11.00. Start ca 1 200 m från TC. Fri starttid mellan kl 11.00 och 12.30 för U-klasser, öppna klasser och inskolning.
Karta	Skala 1:15 000 för DH16, DH18, DH17-20 Kort, DH20, DH21, DH21 Kort och DH35. Övriga klasser skala 1:10 000. Reviderad 2011, ekv. 2,5 m. Certifierad färgutskrift.
Terräng beskrivning	Skogsmark med inslag av vägar och ett fåtal stigar. Måttlig kupering och mestadels god framkomlighet.
Dusch/Omkl.	Utomhus i anslutning till TC.
Barnaktiviteter	Barnpassning. Miniknat, kostnad 10 kr.
Servering	Marketenteri med sedvanligt sortiment inkl. hamburgare.
Sportförsäljning	Letro Sport
Huvud-funktionärer	Tävlingsledare Håkan Pantzar, tel. 0708-58 77 47 Banläggare Bengt-Erik Larsson tel. 0152-156 63 Bitr. Banläggare Kalle Larsson Kartritare Kalle Larsson Tävlingskontrollant Jarl-Erik Palm Kjula IF Bankontrollant Kerstin Palm Kjula IF
Upplysningar	Håkan Pantzar, tel. 0708-58 77 47 eller Gittan Jonsson tel. 070-567 53 68
Pressvärd	Gittan Jonsson tel. 070-567 53 68

VÄLKOMNA - KJULA IF



Strängnäs-Maliby OL



Inbjudan till Stockenfejden Påskafteon 7:e april 2012 Nationell tävling, långdistans

Klassindelning och banlängd (km)			Allmän information	
D21	7,5	H21	11,5	Anmälan: Senast tisdag 27 mars kl. 23.59 via Eventor. Öppna, Insk o U vid TC tävlingsdagen. Tre vakansplatser lämnas för ungdomsklasserna. Av klasser vid för få anmälda tillämpas. Efteranmälan: Senast onsdag 4 april kl. 23.59 via Eventor 50 % förhöjd startavgift.. Stämplingssystem: Sportident. Bricknummer anges vid anmälan. OBS: SI-Card 9 går ej att använda Anmälningsavgift: Vuxna 100 kr, ungdom t o m 16 år 50 kr. Faktureras klubbvis. Vakansplatser 75 kr. Utländska klubbar betalar på plats. Start-resultatlista: Via Eventor och på vår hemsida, inget utskick. Samling/Parkering Mellan Länna-Åker sö Strängnäs, se karta ovan. Avstånd P till TC 50-1000 m. Avgift 20 kr Start: Första start kl. 10.00. TC till start ca 1500m. Första start kl 0930 för insk och öppna klasser Karta: 1:15 000: DH16, DH18, DH17-20 Kort, DH20, DH21, DH21 Kort och DH35. 1:10 000: Övriga. Ekvidistans: 3-5 m. Reviderad 2011
D21 Kort	4,8	H21 Kort	8,2	
D20	5,3	H20	7,5	
D18	4,8	H18	6,6	
D17-20 Kort	4,4	H17-20 Kort	5,2	
D16	4,4	H16	5,2	
D16 Kort	3,6	H16 Kort	4,1	
D14	3,6	H14	4,1	
D 14 Kort	3,0	H 14 Kort	3,0	
D12	3,0	H12	3,0	
D12 Kort	2,2	H 12 Kort	2,2	
D10	2,2	H10	2,2	
D35	6,1	H35	8,2	
D40	4,8	H40	7,5	
D45	4,5	H45	6,6	
D50	4,0	H50	6,1	
D55	4,0	H55	5,3	
D60	3,5	H60	4,8	
D65	3,5	H65	4,5	
D70	3,0	H70	4,0	
D75	3,0	H75	3,2	
D80	2,5	H80	3,0	
D85	2,5	H85	3,0	
Inskolnings- ut-vecklingsklasser:	U1	1,9	Terräng beskrivning: Detaljrik skogsmark med mestadels mycket god framkomlighet. Svag till måttlig kupering. Liten förekomst av stigar och kulturmark.	
	U2	2,2		
	Insk	1,9		
Öppna motionsklasser:	ÖM1 Vit	2,2	Priser: Plakett- och övriga priser i ungdomsklasserna. Priser i övriga klasser lottas ut. Omklädnad/dusch: I anslutning till TC, Utomhus. Barnaktiviteter: Miniknat och barnpassning (ej under 2 år) Servering: Sedvanligt marketenteri Försäljning: Retro Sport AB	
	ÖM2 Vit	3,5		
	ÖM3 Gul	3,0		
	ÖM4 Gul	4,1		
	ÖM 5 Orange	3,6		
	ÖM6 Röd	5,5		
	ÖM7 Blå	3,2		
	ÖM8 Svart	4,8		
	ÖM9 Svart	7,5		
	ÖM10 Grön	1,9		

Tävlingsledare:

Bitr tävlingsledare:

Banläggare:

Tävlingskontrollant:

Tävlingssekreterare:

Kontakt-e-post:

Hemsidadress:

Kontaktinformation och huvudfunktionärer

Åke Schylander 0152-322 01, 070-379 95 76

Ove Johansson 0152-324 64, 073-073 19 19

Jan-Erik Andersson 0152-102 11, 076-125 97 22

Pär Winkler 070-2248860

Bertil Hall 070-7484224

smol@bredband.net

<http://www8.idrottonline.se/Strangnas-MalibyOL->

[Orientering/Arrangemang/Stockenfejden/2012Norrbysskogen/](http://www8.idrottonline.se/Strangnas-MalibyOL-)

Kolmårdsdubbeln 2012

INBJUDAN Medeldistans med elitklasser Söndagen den 8 april

Plats	Skyttholmen. Vägvisning från vägen mellan Strömsfors och Kvarsebo ca 4 km öster om Kolmårdens Djurpark.	Klass	Längd
Östergötlands O-liga	Tävlingen ingår i Östergötlands O-liga för ungdomar.	Elit	
Anmälan	Anmälan senast tisdagen den 27 mars via Eventor. Utländska löpare via e-post till kolmardsdubbeln@gmail.com. Efteranmälan senast onsdagen den 4 april kl 20.00 (med 50 % högre avgift). I elitklasserna max 60 deltagare. Ett antal vakansplatser finns i Insk-, U- och ungdomsklasserna med möjlighet att anmäla sig på plats tävlingsdagen.	D21E	4,3 km
Direktanmälan	Anmälan på tävlingsdagen i Öppna motionsklasserna.	D20E	4,1 km
Anmälningsavgift	Ungdomar t.o.m. 16 år 50 kr, elitklasser 130 kr, övriga klasser 90 kr. Faktura skickas till respektive klubb efter tävlingen. Utländska löpare betalar senast den 4 april till bg 660-6859 IBAN: SE5880000848069231525339. Swift/BIC: SWEDSESS Bankadress: Swedbank 105 34 STOCKHOLM	D18E	3,7 km
Karta	Skyttholmsmon. 1:10 000, 5 m ekvidistans. Ritad 2004 och reviderad 2012 av Andreas Franzon. Digitalutskrift.	H21E	5,3 km
Terräng	Skogsmark, ett mindre antal stigar. Måttligt kuperad med inslag av detaljrika sluttningar. God till mycket god framkomlighet.	H20E	4,5 km
Start	Första start 13.00. Efteranmälda startar före denna tid. Klasserna Insk, U och ÖM har fri starttid 13.00 – 14.30. 400 m grusväg till start för samtliga klasser.	H18E	4,1 km
Stämplingssystem	Sportident. Löpare som inte angivit SI-nummer vid anmälan tilldelas en hyrpinne (avgift 25 kr). Hyrpinne finns att tillgå för direktanmälan på tävlingsdagen.	Vuxen	
Parkering	På anvisad plats i anslutning till TC. Avgift 20 kronor. Samåk gärna.	D18	3,3 km
		D20	3,3 km
		D21	3,9 km
		D35	3,6 km
		D40	3,6 km
		D45	3,3 km
		D50	3,2 km
		D55	3,1 km
		D60	2,6 km
		D65	2,6 km
		D70	2,4 km
		D75	2,4 km
		D80	2,1 km
		D85	2,1 km
		H18	3,6 km
		H20	3,9 km
		H21	4,7 km
		H35	4,4 km
		H40	4,1 km
		H45	4,1 km
		H50	3,6 km
		H55	3,3 km
		H60	3,2 km
		H65	3,1 km
		H70	2,6 km
		H75	2,6 km
		H80	2,4 km
		H85	2,4 km
		Ungdom	
		D10	2,1 km
		D12K	2,1 km
		D12	2,3 km
		D14K	2,3 km
		D14	2,7 km
		D16K	2,7 km
		D16	3,2 km
		H10	2,1 km

Dusch Varmdusch utomhus i anslutning till TC.
Servering Sedvanligt marketenteri med god sortering av varor.

Sportförsäljning
Letro Sport står för en välförsedd sportförsäljning.

Barnaktiviteter
Miniknat mellan 12.30 och 14.00. Kostnad 10 kr/deltagare.
Barnpassning finns.

Logi Vi rekommenderar i första hand First Camp Kolmården belägen 10 km från TC. De erbjuder logi i stugor och husvagnsplatser.
Bokning: 011-39 82 50, www.firstcamp.se/kolmarden.

Huvudfunktionärer

Tävlingsledare

Hans Persson, hans.persson@gmx.com, 070-512 74 16

Maria Nordwall, maria.nordwall@zeta.telenordia.se, 0730-97 69 25

Banläggare

Henrik Vuorinen, henrikvuorinen@hotmail.com, 073-321 24 20

Magnus Svensson, mankans@hotmail.com, 070-433 04 86

Bankontrollant

Thomas Gustavsson, GoIF Tjalve, thomas.gustavsson@if.se, 0703-79 84 88

Pressansvarig

Evert Elgefjord, evert.elgefjord@gmail.com, 0708-19 37 31

Upplysningar

Tävlingsledare eller banläggare, samt pressansvarig

Påskturné

Gör gärna en hel påskturné genom vackra Sörmland till dramatiska Kolmården genom att starta helgen med Svartnatta 5/4, Kjulatävlingen 6/4 och Stockenfejden 7/4.

H12K 2,1 km
H12 2,3 km
H14K 2,3 km
H14 2,8 km
H16K 2,8 km
H16 3,5 km

Insk och U

Insk 1,9 km
U1 2,1 km
U2 2,3 km

Öppen motion

ÖM1 2,1 km
ÖM3 2,7 km
ÖM5 3,2 km
ÖM7 2,6 km
ÖM8 3,9 km
ÖM9 4,4 km

Välkomna!



KJULATÄVLINGEN

Långfredagen 6/4
Långdistans, Kjula IF
kjulaif.se

SVARTNATTA

Skärtorsdag 5/4
Nattbudkavle
Vingåkers OK
www.vingakersok.se

STOCKENFEJDEN

Påskafton 7/4
Långdistans, Strängnäs-Malmby OL
www8.idrottonline.se/Strangnas-MalmbyOL

Vässa formen inför 10MILA med en

PÅSK- TURNÉ

genom vackra Sörmland till dramatiska Kolmården

KOLMÅRDSDUBBELN

Påskdagen 8/4
Medeldistans med
elitklasser

Annandag påsk 9/4
Klassiska
Kolmårdskavlen

 Kolmården
www.kolmardsdubbeln.se



www.kolmardsdubbeln.se

4,5

Kolmårdsdubbeln 2012

INBJUDAN Kolmårdskavlen Måndagen den 9 april

Plats Skyttholmen. Vägvisning från vägen mellan Strömsfors och Kvarsebo ca 4 km öster om Kolmårdens Djurpark.

Anmälan Anmälan senast tisdagen den 27 mars via Eventor. Utländska lag via e-post till kolmardskavlen@gmail.com.
Efteranmälan senast onsdagen den 4 april kl 20.00 (med 50 % högre avgift).
Slutlig lagsammansättning ska lämnas in senast söndagen 8 april kl 16.00, antingen på TC eller via Eventor.
Öppen stafettklass föränmälan samtidigt som övriga stafettklasser.

Direktanmälan

Anmälan till individuella öppna banor (ÖM) på tävlingsdagen.

Klasser

Stafett

Klass	Sträckor	Banlängd (km)				
		1	2	3	4	5
H17E	5	8,0	8,0	6,0	6,0	8,0
D17E	3	6,4	4,7	6,4		
H120	3	6,2	6,2	6,2		
H150	3	5,2	5,2	5,2		
H180	3	3,8	3,8	3,8		
D120	3	4,3	4,3	4,3		
D150	3	3,8	3,8	3,8		
H12	3	2,4 - gul	2,1 - vit	2,4 - gul		
H14	3	3,2 - orange	2,4 - gul	3,2 - orange		
H16	3	5,2 - violett	3,1 - orange	5,2 - violett		
D12	3	2,4 - gul	2,1 - vit	2,4 - gul		
D14	3	3,2 - orange	2,3 - gul	3,2 - orange		
D16	3	4,3 - violett	3,2 - orange	4,3 - violett		
Öppen	3	4,3 - violett	3,1 - orange	5,2 - svart		

Spridningsmetod tillämpas i samtliga klasser utom mittsträckan i ungdomsklasserna och Öppen stafett där samtliga sträckor är raka.

På sträcka 2 i ungdomsklasserna får 1, 2 eller 3 löpare delta, där första inkomna löpare till växel på sträcka 2 skickar ut tredje sträckans löpare.

OBS! Antal extralöpare i ungdomsklasserna måste anges i anmälan.

Individuella öppna banor

ÖM1 2,1 km

ÖM5 3,2 km

ÖM7 3,8 km

ÖM9 6,2 km

ÖM3 2,3 km

ÖM6 5,1 km

ÖM8 5,2 km

Anmälningavgift

Stafett: H17E 650 kr, D17E 390 kr, H/D12-16 150 kr, H/D120-50 270 kr, H180 270 kr. 50 kr per extralöpare i ungdomsklasserna.

Individuella öppna banor: 90 kr

Faktura skickas till respektive klubb efter tävlingen. Utländska lag betalar senast den 4 april till bg 660-6859 IBAN: SE5880000848069231525339 Swift/BIC: SWEDSESS Bankadress: Swedbank 105 34 STOCKHOLM

Karta Skyttholmsmon. 1:10 000, 5 m ekvidistans. Ritad 2004 och reviderad 2012 av Andreas Franzon. Digitalutskrift.

Terräng Skogsmark, ett mindre antal stigar. Måttligt kuperad med inslag av detaljrika sluttningar. God till mycket god framkomlighet.

Start H17E 9.30, övriga stafettklasser från 10.00.
Individuella öppna banor (ÖM) har fri startid 9.00 – 12.00.

Stämplingssystem

Sportident. En SI-pinne per löpare krävs, dvs. ingen SI-pinne får användas mer än en gång i budkavlen. Löpare som inte angivit SI-nummer senast den 4 april kl 20.00 tilldelas en hyrpinne (avgift 25 kr). Hyrpinne finns att tillgå för anmälan till individuella öppna banor på tävlingsdagen.

Parkering På anvisad plats i anslutning till TC. Avgift 20 kronor. Samåk gärna.

Dusch Varmdusch utomhus i anslutning till TC.

Servering Sedvanligt marketenteri med god sortering av varor.

Sportförsäljning

Letro Sport står för en välförsedd sportförsäljning.

Barnaktiviteter

Miniknat mellan 12.30 och 14.00. Kostnad 10 kr/deltagare. Barnpassning finns.

Logi Vi rekommenderar i första hand First Camp Kolmården belägen 10 km från TC. De erbjuder logi i stugor och husvagnsplatser. Bokning: 011-39 82 50, www.firstcamp.se/kolmarden.

Huvudfunktionärer

Tävlingsledare

Hans Persson, hans.persson@gmx.com, 070-512 74 16

Maria Nordwall, maria.nordwall@zeta.telenordia.se, 0730-97 69 25

Banläggare

Henrik Vuorinen, henrikvuorinen@hotmail.com, 073-321 24 20

Magnus Svensson, mankans@hotmail.com, 070-433 04 86

Bankontrollant

Thomas Gustavsson, GoF Tjalve, thomas.gustavsson@if.se, 0703-79 84 88

Pressansvarig

Evert Elgefjord, evert.elgefjord@gmail.com, 0708-19 37 31

Upplysningar

Tävlingsledare eller banläggare, samt pressansvarig

Påskturné

Gör gärna en hel påskturné genom vackra Sörmland till dramatiska Kolmården genom att starta helgen med Svartnatta 5/4, Kjulatävlingen 6/4 och Stockenfejden 7/4.

Välkomna!

