

# RESA TILL 10 MILA GLIMÅKRA 27-28 APRIL 2019

- Resa** Lördag 27/4 kl 07.30 Visby-Oskarshamn. Samling Idrottens Hus P-platsen **senast 06.50**.  
Söndag 28/4 kl 20.15 Oskarshamn-Visby Avresa från Glimåkra senast 16.00.  
Vi reser med 2 minibussar + 1 personbil till Glimåkra. Ca 22 mil, restid runt 3 timmar.  
Fastlandsresenärerna kommer med tåg till Skåne strax efter 14.00.
- En buss + bil reser redan på fredagskvällen. (Dam- respektive ungdomslaget)  
Från Visby 16.20. **Samling 15.40**. Returen 11.50 från Oskarshamn på söndagen.
- Logi** Vi bor i villa på Kungsbackevägen 1 i Glimåkra, runt 1 km från arenan.  
Det finns 3 bäddsoffor som kan bäddas till 6 sängar, övriga sover på hårt underlag.
- Mat** Fixar vi själva. Frukost och varm mat finns att inhandla i ishallen. Sedvanlig försäljning finns ute på arenan.  
Vi har tillgång till kök i boendet.
- OL-program** Se sidan 2
- Terräng-  
beskrivning** Terrängtyp Tävlingsområdet är väldigt varierat. Det förekommer både lövskog, granskog, blandskog, ungskog samt kulturmark. Sankmarker förekommer i normal omfattning.  
Några större (breda) bäckar rinner genom området.  
Bäckarna har sand eller stebotten och de går att passera även bredvid broarna.  
Detaljrikedomen är normal.  
Dock finns ett par partier med väldigt stebunden terräng som påminner om de gamla stebrotten som varit i drift tidigare. Ett stebrott är ännu i drift. Runt de gamla stebrotten är detaljrikedomen hög.  
Ledstänger såsom vägar, stigar, stenvmurar, bäckar, beståndgränser m.m. finns utspridda över hela tävlingsområdet i normal omfattning.
- Kupering Tävlingsområdet är måttligt kuperat. Nordost om arenan ligger "Trollabackarna". Där är kuperingen kraftig.
- Framkomlighet Framkomligheten är huvudsakligen god men det förekommer en del ungskog i varierande ålder som drar ner löphastigheten. Även i de stebundna områdena är löpbarheten sämre. Sikten är god men en och annan mindre gran kan dock skymma sikten ibland liksom något nerfallet träd.
- Karta** 1:10 000 för samtliga klasser
- Kom ihåg**
- ▲ Kompass, Si-pinne, pannlampa + extra liten lampa för de som springer natt
  - ▲ OL-skor
  - ▲ OL-kläder
  - ▲ Varmt överdrag (kalla nätter även så långt söder ut)
  - ▲ Liggunderlag, madrass av något slag (ej någon paulun)
  - ▲ Sovsäck, sovtäcke el dyl
  - ▲ Personlig utrustning
  - ▲ Handduk, tofflor, badmössa (för dom som inte vill bli blöta i håret till banketten)
  - ▲ Toa-artiklar
  - ▲ En slant på fickan
  - ▲ Ett gott humör, sinnet klart för en lugn och säker orientering, analysering + kappsäcken full av sisu.



# UNGDOMSKAVLEN

Start: Lördag 27 april kl. 10.15 Målgång: Cirka kl. 12.15 Omstart: Cirka kl. 13.30

Ålder upp till och med 16 år.

Minst två sträckor ska i sin helhet besättas med flickor varav sista sträckan är obligatorisk.

På sträcka 2 och 3 är det tillåtet att ha två löpare.

Sträcka	Banlängd	Gaffling	Svårighet
1	4,7 km	Ja	Orange
2	4,9 km	Ja	Orange
3	3,2 km	Nej	Gul
4	4,5 km	Ja	Orange

# DAMKAVLEN

Start: Lördag 27 april kl. 13.15 Målgång: Cirka kl. 17.10 Omstart: Cirka kl. 19.00

Sträcka	Banlängd	Gaffling
1	7,3 km	Ja
2	6,2 km	Ja
3	9,8 km	Nej
4	4,2 km	Ja
5	8,5 km	Ja

# 10-MILAKAVLEN

Start: Lördag 27 april kl. 20.30 Målgång: Cirka kl. 07.00 söndag Omstart: Cirka kl. 09.00 i två omgångar

Sträcka	Banlängd	Gaffling	Övrigt
1	12,2 km	Ja	Dag/skymning/natt
2	11,7 km	Ja	Natt
3	5,9 km	Ja	Natt
4	17,7 km	Nej	Natt
5	11,1 km	Ja	Natt
6	10,2 km	Ja	Natt
7	8,7 km	Ja	Natt/gryning
8	11,9 km	Ja	Gryning/dag
9	5,1 km	Ja	Dag
10	13,8	Ja	Dag