



PM USM-resa 11-13 september 2015

- Samling:** Fredagen den 11:e september. För söderklubbar: 07.00 vid Älvsjömässan utanför First Hotel - Royal Star (100 m söder om huvudentrén för Älvsjömässan).
För norrklubbar: 07:30 vid Rotebro Station, västra sidan.
Hemkomst sker på söndag kväll.
Glöm inte att ta ledigt från skolan!
- Tävlingar:** Sprint fredag eftermiddag med första start 15.00
Långdistans lördag med första start 10.00
Distriktsstafett söndag med start 09.00 där varje lag består av H15, D15, H16, D16.
Lagen till söndagens distriktsstafett tas ut på lördagen, baserat på resultaten från UP, O-ringen samt USM-långdistans
Alla kommer få springa stafetten även om det inte blir i lag som uppfyller regelkraven.
Tävlingarna går att följa via arrangörens hemsida.
- Kost & logi:** Vi bor på hårt underlag. Arrangörerna ordnar med all mat.
Vi kommer INTE göra något lunchstopp på fredagen på väg till Sundsvall utan alla tar med **matsäck**. Planera även hur du ska göra med lunch och mellanmål innan fredagens sprint beroende på starttid.
- Utrustning:** OL-kläder (klubbdressen - du representerar din klubb på USM), SI-pinne, kompass, vattenflaska, hygienartiklar, sovsäck och liggunderlag och öronproppar. Vid distriktsstafetten tävlar ni i en specialframtagen tävlingströja som ni får behålla efter tävlingen.
- Sjukdom:** Vid sjukdom ska du absolut stanna hemma och alltså lämna återbud. Detta görs till Erik Mattsson, erik.mattsson@stockholmsidrotten.se (fram till torsdag) eller 073-054 056 1 vid sena återbud.
- Kostnad:** Cirka 3000 kronor, faktureras klubbarna i efterhand.
I avgiften ingår bussresa, kost och logi, startavgifter, stockholmströjan samt disco.
Avgifter som inte kan avbokas tas ut även vid sent återbud.
- Ledare:** Erik Mattsson (StOF), Magnus Rajan (IFK Lidingö), Lena Gumaelius (Waxholms OK)
Garry Pettersson (Söders), Robert Wallsten (Fredrika Bremer gymnasiet).

För frågor kontakta StOF-kansliet erik.mattsson@stockholmsidrotten.se eller 073-054 056 1

Lycka till!

Deltagarförteckning

H16 - 28 st

Fredrik Stenbeck	OK Österåker
Albin Andersson	Tullinge SK
Lukas Arkäng	Tullinge SK
Oskar Forsberg	Tullinge SK
Georg Eklöv	OK Södertörn
Axel Kudinoff	OK Södertörn
Simon Österling	OK Södertörn
Hugo Lindbärg	OK Södertörn
Andreas Magnevall	OK Södertörn
Oskar Edvardsson	Järfälla OK
Albin Kvarnefalk	Järfälla OK
Arne Kvarnefalk	Järfälla OK
Benjamin Langerak	Järfälla OK
Edvin Nordström	Täby OK
Vidar Persson	Täby OK
Johan Herbert	Täby OK
Niklas Carlsson	Sundbybergs IK
Christian Lindh	Sundbybergs IK
Oscar Enges	Attunda OK
Tobias Karlsson	Snättringe SK
Jason Bransome	OK Ravinen
Axel Granqvist	OK Ravinen
Lukas Hellgren	OK Ravinen
Erik Herne	OK Ravinen
Hannes Svahn	OK Ravinen
Simon Törnqvist	OK Ravinen
Johan Giberg	TMOK
Ruben Hylander	TMOK

D16 -12 st

Malin Dahlbäck	OK Österåker
Karolina Bjärnlid	IFK Lidingö
Elin Jarlemark	IFK Lidingö
Ebba Ganslandt	IFK Lidingö
Emmy Albinsson	Järfälla OK
Anna Herbert	Täby OK
Vilma Karlsson	Snättringe SK
Kristina Tedhamre	Snättringe SK
Amanda Karlsson	OK Ravinen
Moa Westblad	OK Ravinen
Emma Persson	TMOK
Ellinor Östervall	TMOK

H15 - 17 st

Felix Persson	Haninge SOK
Martin Skärlén	Haninge SOK
Ruben Bryngelsson	Tullinge SK
Filip Möller	OK Södertörn
Noel Waldenfjord	Järfälla OK
Emil Gustafsson	Järfälla OK
Kristoffer Tengroth	Sundbybergs IK
Rasmus Kihl	Sundbybergs IK
Tobias Abrahamsson	Sundbybergs IK
Marcus Salomon-Sörensen	Attunda OK
Hampus Brunander	Attunda OK
Ivar Lidstöm Lauri	Snättringe SK
Mattias Kallhauge	Snättringe SK
Viggo Klasson	OK Ravinen
Alexander Käll	TMOK
Erik Åberg	TMOK
Nils Babtist	BVSOK

D15- 16 st

Malin Strandberg	Gustavsbergs OK
Trine Karlberg	Tullinge SK
Lovisa Längheim	Tullinge SK
Ella Sjöberg	Tullinge SK
Julia Rajan	IFK Lidingö
Hanna Lagerberg	OK Södertörn
Sofia Zilling	OK Södertörn
Jonna Lundbäck	Järfälla OK
Isa Lundqvist	Järfälla OK
Linnea Johansson	Täby OK
Ellen Skuncke	Täby OK
Josefine Andersson	Täby OK
Veronica Redtzer	Attunda OK
Alicia Redtzer	Attunda OK
Karin Modin	BVSOK
Selma Gumaelius	Waxholms Ok