



Lassalyckan Ulricehamn

5-6 augusti 2022



UNGDOMSSTAFETT  
NATIONELLA TÄVLINGAR

www.u10mila.se

PM

## U10milas värdegrund

- Barn- och ungdomsidrott skall bygga på lek och glädje
- Föräldrar och ledare hejar på alla
- Barn och ungdomar är inte små elitidrottare
- Funktionärer är ideella

### Arena

Lassalyckan Ulricehamn, Vägvisning från väg 157 samt väg 46, Följ skyltning "LASSALYCKAN" samt U10 skyltar och skärmar.

Länk: [< Arena Google Maps >](#) . Koordinater 57°47'09.6"N 13°27'11.5"E

Följ rödvit snitsel /skyltar från parkering samt camping till arenan. RESPEKTERA vägvisningen för kringliggande boendens skull. Parkering förekommer på flera ställen runt Lassalyckan avstånd varierar mellan ca 1000 m – 2500 m, följ parkeringsvakternas anvisningar. Frivillig parkeringsavgift 20sek.

### Informationstältet

Informationstältet är öppen från fredag kl. 13.00.

### Lagkuvert & Klubbkuvert

Lagkuvert utlämnas vid Informationstältet på arenan. Utlämning av lagkuvert sker endast om laguppställning är inlämnad. Om detta inte är gjort i Eventor kan laguppställning lämnas in senast kl 15.00 på blankett som fås i informationstältet. Samma blankett används för eventuella lagändringar.

Lagkuvert och klubbkuvert skall vara hämtade senast fredag kl. 14.45 för HD14 och senast kl. 21.00 för HD20. I lagkuvertet finns nummerlappar och startlista. I klubbkuverten finns ev. hyrda löparbrickor, samt matbiljetter.

### Lagsammansättning

Kombinationslag utanför SOFT:s regler medges, Vi har fått dispens där vi tillåter ju kombinationslag där klubbar får skapa kombinationslag även om de skulle kunna få ihop ett rent klubbslag. Dock får tjejer **inte** springa killsträckor och killar får inte springa tjejsträckor. Löpare som under kvällen tidigare sprungit HD14 tillåts numera tävla även i HD20

### Nummerlappar

Nummerlappar ska bäras av samtliga löpare. Nummerlapparna ska bäras väl synliga på bröstet. Var noga med att alla löpare i laget får rätt nummerlapp då denna är knuten till sträcka, lag och löpare. På parallellsträckor är nummerlapparna inte knutna till specifik löpare.

### Karta

Skala 1:7 500 för HD14 och Skala 1:10 000 för HD20, ekvidistans 5 m för alla. Ritad av Ulf Bäckström, nyreviderad år 2022.





Lassalyckan Ulricehamn

5-6 augusti 2022



UNGDOMSSTAFETT  
NATIONELLA TÄVLINGAR

[www.u10mila.se](http://www.u10mila.se)

PM

### Invgång

Startar 16:00

Efter invigningen kommer en förevisning att ske av start- och växlingsproceduren i HD14 klassen. Haren visar hur du som löpare ska springa på arenan, därefter påbörjas inläppet till uppvärmnings området, ca 5 min innan start tar löparna plats framför sin karta.

### Start

Gemensam start klassvis enligt följande: HD14 fredag 5 augusti kl. 17.00; HD20 lördag 6 augusti kl. 02.45.

### Parallellsträckor

Sträcka 2 & 3 i HD14 och sträcka 5 i HD20 får löpas av 1-3 löpare per lag, som samtliga går ut samtidigt, när föregående löpare kommer till växel. Samtliga startande på sträckan springer tillsammans till startpunkten. Den förste i laget, som kommer in till växling på parallellsträckan, växlar över till nästa sträckas löpare på vanligt sätt. Sträcktiden på parallellsträckan räknas bara på den löpare som växlar först men alla räknas med i laget. Första löparen som växlar måste också ha stämplat rätt, och vara godkänd, skulle denna inte vara godkänd diskvalificeras laget.

### Målgång

Målgång efter sista sträckan sker då mållinjen passeras. Målstämpling sker efter mållinjen i den ordning som måldomaren anger.

### Omstart

Omstart sker ca 60 minuter efter segrarlagets målgång i respektive klass.

### Diskvalificerade lag

Diskvalificerade lag får inte fortsätta att springa stafetten. Löpare för alla sträckor får springa ut i omstarten. Den löpare som bryter sin sträcka måste lämna in tävlingskartan till arrangören och stämpla ut.

### Maxtid

2,5 timmar efter omstarten.

### Överdragskläder

Klubbar ansvarar själv för dessa. Ingen transport från start.

### DUSCH

På väg till duschen passerar man varvningen, **iaktta försiktighet vid övergången mot duschen, löpare från HD20 stafetten passerar denna väg.**

Öppetider dusch:

Fredag 17:00-21:00

Lördag 03:00-12:30 14:45-20:00

Söndag 10:00-14:00







Lassalyckan Ulricehamn

5-6 augusti 2022

PM



UNGDOMSSTAFETT  
NATIONELLA TÄVLINGAR

[www.u10mila.se](http://www.u10mila.se)

### Mobilladdning

Tält för att ladda mobiler/powerbanks finns på arenan, man tar själv ansvar för sina saker.

### Publik

Publik och tävlande får endast vistas på anvisade områden. Det är förbjudet att bege sig ut på banorna, vilket inkluderar sista kontrollen före växel och startpunkt. All rekognoscering inom tävlingsområdet är förbjuden. Överträdelse medför att laget utesluts. Respektera uppsatta förbudsskyltar och avspärningar samt följ anvisningarna om lämpliga gångvägar inom arenan. Obligatoriskt att följa anvisad väg från bilparkering till arenan.

### Camping

Tillåten på anvisad plats, se camping PM och platsfördelning. Grillning enbart tillåten på anvisade platser. Se campingkarta.

### VINDSKYDD

Grillning får EJ förekomma. Grillning enbart tillåten på anvisade områden. Se fördelning i ”fördelning av vindskydd”

### Publikt WIFI

Finns enbart på campingen.

### Omplåstring

Finns enklare omplåstring på arenan.

Hjärtstartare finns i omplåstringstältet, samt i anslutning till camping på Lassalyckan

### Marka och servering.

Se PM mat för mer information

### Knatteknatt och Barnpassning

Finns tillgängligt på lördag kl 14:00 – 17:00 söndag kl 09:45-12:00

### Tävlingsregler

SOFT:s tävlingsregler gäller.

### Kartutlämning

Kartutlämning sker under lördagen vid informationstältet mot lagnummer och klubbnamn. Detta sker tidigast efter att omstarten har skett, cirka 1,5 timma efter målgången för segrande HD20-lag. Hyrda löparbrickor återlämnas i samband med kartutlämningen. Ej återlämnade hyrbrickor efterdebiteras med 600 kr/st.





Lassalyckan Ulricehamn

5-6 augusti 2022

PM



UNGDOMSSTAFETT  
NATIONELLA TÄVLINGAR

[www.u10mila.se](http://www.u10mila.se)

### Prisutdelning

De tio första lagen i HD14 och de sju första lagen i HD20 får pris. Segerlagen får plakett samt U10-milas vandringspokal att förvalta under ett år.

Prisceremoni sker vid scenen/flaggorna ca 15 minuter efter omstart för respektive klass. Lagen ombeds via speaker att samlas en stund innan.

### Kvarglömt och upphittat

Upphittade saker i anslutning till tävlingen inlämnas till informationstältet. Kvarglömda saker efterfrågas via e-post

[info@u10mila.se](mailto:info@u10mila.se)

Tävlingsjury Anslås vid tavlan vid informationstältet.

### Tävlingsledning

Tävlingsledare: Karl-Anton Karlsson Ulricehamns OK 070-626 95 89

Tävlingsledare: Karl-Johan Ohlin OK Tranan 076-643 05 31

Banläggare: Bodil Halvarsson Ulricehamns OK

Banläggare: Jonas Salen Ulricehamns OK

Tävlingskontroll: Kjell Johansson Skene SOIS

Bankkontroll: Uno Magnusson IF Hagen

Campingansvarig: Patrik Söderlund Ulricehamns OK 072-3207944

Campingansvarig: Mats Kindlund OK Tranan 076-643 52 97

Hemsida [www.u10mila.se](http://www.u10mila.se)

E-post [info@u10mila.se](mailto:info@u10mila.se)

**Lycka till i skogen!**

Önskar

Ulricehamns OK och OK Tranan

