Välkommen till Göteborg/Partille

28-30 april 2017

10 MILA
GÖTEBORG | 2017 | PARTILLE

För första gången ordnas den traditionella 10MILA-budkavlen i Västsverige. Det är Göteborgsklubbarna som arrangerar tävlingen i ett förträffligt område i grannkommunen Partille. Det kommer att bli vildmark nära storstad. Området har använts tidigare för O-ringen 1990 och Junior-VM 2008.

Damfokus och tjejspurt

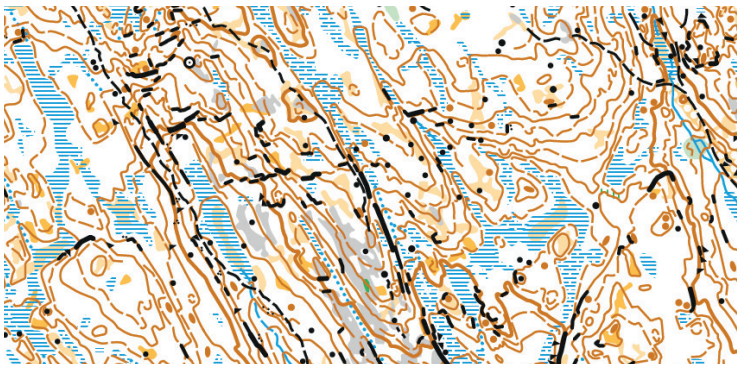
På 10MILA 2017 ges damerna extra uppmärksamhet eftersom det då är 40 år sedan första damkavlen genomfördes. 2017 års damkavle blir också en av de historiskt längsta stafetterna, totalt cirka 38 kilometer. Även ungdomskavlen får ett annat upplägg genom att en flicka ska springa sista sträckan i varje lag.

Nära service och nöjen i Göteborg

2017 års 10MILA-arena har god närhet till alla förbindelser. E20 passerar bara någon kilometer bort och det finns goda möjligheter att flyga eller åka tåg till tävlingen. Boende finns att boka på arenan, på hårt underlag i skola eller på hotell i närheten. Göteborg har också mycket att erbjuda som turiststad. Passa gärna på att ta ett besök på Liseberg eller något annat besöksmål i samband med träningsläger eller tävlingen.

Förbered er med våra träningspaket

Inför tävlingen finns det goda möjlighet att förlägga träningsläger i Göteborg/Partille. Vi har ett antal träningspaket klara och fler ska tas fram. Träningsområden har valts för att likna terrängen på 10MILA 2017 men också för att ge variation. Läs mer om paketen på **www.10mila.se/2017** under rubriken Träning.



I samband med läger eller tävling i Göteborg erbjuds också föreläsning av elitlöpare från lokala klubbar där de delar med sig av sina erfarenheter av att orientera i göteborgsterräng. Skicka förfrågan om föreläsningar till e-post: **marknad2017@10mila.se** Kontaktperson är Elsi-Brith Jodal, mobil 0703-337283.

go:teborg

PARTILLE KOMMUN
-mitt i det goda livet

Klasser

UNGDOMSKAVLEN

Start: Lördag 29 april kl 11.00
Målgång: Cirka kl 12.30

- Ålder upp till och med HD16
- Sträcka 4 och minst en sträcka till ska i sin helhet besättas med flickor
- På sträcka 2 och 3 är det tillåtet att ha två löpare.

Sträcka	Banlängd*	Gaffling	Svårighet
1	3,6 km	Ja	Orange
2	2,8 km	Nej	Gul
3	4,1 km	Ja	Orange
4	3,7 km	Ja	Orange

*Banlängderna är preliminära. I banlängden ingår in/utgående snitsel med cirka 650-800 meter.

DAMKAVLEN

Start: Lördag 29 april kl. 14.00
Målgång: Cirka kl. 18.30

Sträcka	Banlängd*	Gaffling	Övrigt
1	6,0 km	Ja	
2	7,0 km	Ja	
3	11,3 km	Nej	
4	4,9 km	Ja	
5	8,8 km	Ja	

* Banlängderna är preliminära. I banlängden ingår in/utgående snitsel med cirka 650-1100 meter.

10MILA-KAVLEN

Start: Lördag 29 april kl. 21.00
Målgång: Cirka kl. 07.00 söndag

Sträcka	Banlängd*	Gaffling	Övrigt
1	9,8 km	Ja	Dag/Skymning/Natt
2	11,6 km	Ja	Natt
3	10,6 km	Ja	Natt
4	16,5 km	Nej	Natt
5	7,1 km	Ja	Natt
6	7,1 km	Ja	Natt
7	12,5 km	Ja	Natt/gryning
8	9,5 km	Nej	Gryning/dag
9	8,0 km	Ja	Dag
10	16,2 km	Ja	Dag

* Banlängderna är preliminära. I banlängden ingår in/utgående snitsel med cirka 650-1100 meter.

Kombinationslag och kavlebank

Får ni inte ihop egna lag inom klubben så hjälper vi gärna till att bilda kombinationslag i enlighet med SOFTs regler. Hör i så fall av er till oss på e-post: **tavling2017@10mila.se**

10MILA öppna motionsbanor

Öppna motionsbanor arrangeras fredag 28 april och lördag 29 april. De öppna motionsbanorna har separat start och går i ett separat terrängområde. Åtta olika banor erbjuds: ÖM1, ÖM3, ÖM5, ÖM6, ÖM7, ÖM8, ÖM9, ÖM10. Olika utformning av banorna de olika dagarna.

Publikvänlig 10MILA-arena

10MILA upplevs bäst på plats vid arenan. Vi erbjuder en arena med mycket hög service och stor gästfrihet. Den ger bra en överblick över de tävlande och tillsammans med storbildsskärmar där hela tävlingen kan följas vågar vi lova förstklassig underhållning. För att skapa trivsel finns flaggfria zoner. På arenan finns också kiosker och mattält med varm mat och fika, varmdusch, toaletter, bastu, sportförsäljning, sjukvård och fritt Wifi. Möjligheter för publik att parkera bil finns i direkt anslutning till arenan, det är gratis.

Boende på 10MILA 2017

Arrangören har erbjudanden på boenden i olika prisklass och miljöer. Läs mer på webbplatsen **www.10mila.se/2017** eller kontakta Stefan Janslätt, mobil 0761-45 22 01, e-post: **logi2017@10mila.se**

Kontakta oss om du vill veta mer

Tf ordförande organisationskommittén, Hans Carlstedt, telefon: 0708-20 40 14, E-post: arena2017@10mila.se
Tävlingsledare, Mats Kågeson, telefon: 073-806 52 84, E-post: tavling2017@10mila.se
Information och media, Jan Carlsson, telefon: 076-8048613, E-post info2017@10mila.se
Boende, Stefan Janslätt, telefon: 0761-45 22 01, E-post: logi2017@10mila.se
Webbplats: www.10mila.se/2017