



Tervetuloa

Tervetuloa seuraamaan Tukholman 10MILA-viestiä 3.-5. toukokuuta 2013!

Näin löydät perille!

Kilpailuareena sijaitsee Gällöfstan kartanon mailla Upplands-Bron kunnassa.

Autolla

Poistu Tukholman ja Enköpingin väliseltä E18-tieltä liikenneliittymästä n:o 150, Brunna.

(59° 29.770'N, 17° 44.658'O)

Seuraa opasteita suuntaan LIVGARDET (Granhammarsvägen)

Noin 2,5 km jälkeen käänny vasemmalle suuntaan Gällöfsta (59° 30.863'N, 17° 45.609'E).

Seuraa siitä eteenpäin opasteita 10MILA-kilpailuareenalle.

Liikenne Håbo-Tibblen kautta, etelään ampumakentän yli Tranbyggevägen-tielle, on sallittu vain erityisluvan saaneille ajoneuvoille.

Joukkoliikenne

Juna Kungsängen-asemalle – lähijuna SL (Stockholms lokaltrafik)

Linja-auto 557 Kungsängenin asemalta Livgardetiin, linja-autopysäkki Sundby.

Aikataulut löytyvät osoitteesta sl.se tai SL:n matkasuunnittelun sovelluksesta "Resepplaneraren". Etäisyys Sundbystä kilpailuareenalle on noin 2 km.

Taksilla

Kungsängenin asemalta noin 13 km.

Pysäköinti ja etäisyys kilpailuareenalle

Pysäköintipaikalta 400 – 1100 m.

Asuntoteltalta (boendetält) 400 m.

Sotilasteltalta 600 m.

Asuntovaunualueelta 1400 m.

Linja-autopysäkiltä 1400 m.

Pysäköinti

Noudata opasteita. Aseta PRESS-lupa näkyviin, kun ajat alueelle.

LEHDISTÖKESKUS

Lehdistökeskus (Presscenter) on areenan Maaliintuloalueen välittömässä läheisyydessä.

Perjantai klo 14-17

Auki lauantaina klo 9 ja koko kilpailuvuorokauden ajan

Noudata opasteita ja katso myös Gällöfsta Arena -karttaa.
Kulkukortin, internet-tunnukset ja muun lehdistömateriaalin noudat lehdistökeskuksesta.
HUOM! Lehdistötunnus on pidettävä esillä areenalla liikkuessasi.

Lehdistökeskuksessa on:

Työpisteitä, sähköpistorasioita, langaton verkkoyhteys, tulospalvelu, kahvila ja lehdistöavustajia. Täältä lähtevät myös opastetut kierrokset rasteille maastoon.
Katso otsikko *Valokuvaus ja kontrollipisteet*.

Kilpailuajat, vaihtoajat ja valaistusolosuhteet

LAUANTAI

Nuoret - Lähtö: 11.30 Maaliintulo: n. 13.27

<u>Osuus</u>	<u>Hajonta</u>	<u>Tyyppi</u>	<u>Pituus (m) *</u>	<u>Juoksu-aika</u>	<u>Vaihto-aika</u>	<u>Kartta-koko</u>
1	Kyllä	Päivä	4900	29	11.59	A4
2**	Ei	Päivä	3100	23	12.22	A4
3**	Kyllä	Päivä	4000	30	12.52	A4
4	Kyllä	Päivä	5900	35	13.27	A4

* Radan pituuteen sisältyy 690 m tulo-/lähtöviitoitus

** Osuuksilla 2 ja 3 saa juosta kaksi saman joukkueen juoksijaa.

Ensimmäiseksi Maaliintuloin tulleen tulos lasketaan joukkueen tulokseen.

Naisten viesti - Lähtö: 14.30 Maaliintulo: n. 18.33

<u>Osuus</u>	<u>Hajonta</u>	<u>Tyyppi</u>	<u>Pituus (m) *</u>	<u>Juoksu-aika</u>	<u>Vaihto-aika</u>	<u>Kartta-koko</u>
1	Kyllä	Päivä	7900	48	15.18	A3
2	Kyllä	Päivä	7900	49	16.07	A3
3	Ei	Päivä	5900	36	16.43	A3
4	Kyllä	Päivä	7900	48	17.31	A3
5	Kyllä	Päivä	10300	62	18.33	A3

*) Radan pituuteen sisältyy 900 m tulo-/lähtöviitoitus

Haglöfs Night Trail Run - Lähtö klo 21:00

NTR on uusi kilpailu 10MILA-viikonlopun aikana. Radan pituus on 5 tai 10 km. Rata sijaitsee lähes kokonaan metsässä tai pienillä poluilla. Se on merkitty heijastimin, jotka näkyvät helposti otsalampun valossa. Osanottajien joukossa ovat mm. hiihtäjä Marcus Hellner sekä maratonjuoksija ja bloggaaja Petra Månsson.

10MILA-viesti - Lähtö: 22.15 Maaliintulo: n. 08.34 sunnuntaina

<u>Osuus</u>	<u>Hajonta</u>	<u>Tyyppi</u>	<u>Pituus (m) *</u>	<u>Juoksu-aika</u>	<u>Vaihto-aika</u>	<u>Kartta-koko</u>
<u>1</u>	<u>Kyllä</u>	<u>Yö</u>	<u>13600</u>	<u>69</u>	<u>23.24</u>	<u>A2</u>
<u>2</u>	<u>Kyllä</u>	<u>Yö</u>	<u>8100</u>	<u>41</u>	<u>00.05</u>	<u>A3</u>
<u>3</u>	<u>Kyllä</u>	<u>Yö</u>	<u>13600</u>	<u>69</u>	<u>01.14</u>	<u>A2</u>
<u>4</u>	<u>Ei</u>	<u>Yö</u>	<u>17900</u>	<u>94</u>	<u>02.48</u>	<u>A2</u>
<u>5</u>	<u>Kyllä</u>	<u>Yö/aamu nkoitto</u>	<u>10700</u>	<u>56</u>	<u>03.44</u>	<u>A3</u>
<u>6</u>	<u>Kyllä</u>	<u>Aamunk oitto/ <u>Päivä</u></u>	<u>10700</u>	<u>56</u>	<u>04.40</u>	<u>A3</u>
<u>7</u>	<u>Ei</u>	<u>Päivä</u>	<u>7000</u>	<u>37</u>	<u>05.16</u>	<u>A3</u>
<u>8</u>	<u>Kyllä</u>	<u>Päivä</u>	<u>13500</u>	<u>68</u>	<u>06.24</u>	<u>A2</u>
<u>9</u>	<u>Kyllä</u>	<u>Päivä</u>	<u>9600</u>	<u>49</u>	<u>07.13</u>	<u>A3</u>
<u>10</u>	<u>Kyllä</u>	<u>Päivä</u>	<u>15500</u>	<u>81</u>	<u>08.34</u>	<u>A2</u>

*) Radan pituuteen sisältyy 900 m tulo-/lähtöviitoitus

SUNNUNTAI

10-MILA-kortin 1. lähtö klo 11.30

Arvottu lähtö luokille HD18 – HD21 lähtöluettelon mukaan. Yhteinen lähtö luokille ÖM14 – ÖM17. Lähtöajat lähtöluettelon mukaan. ”Vapaa aikavälilähtö” muille luokille klo 11.30 – 13.30, paitsi ÖM13, jossa lähdön tulee radan pituuden vuoksi tapahtua viimeistään klo 12.00. Enimmäisaika 3 tuntia.

(Lähtöaikaväliä voidaan osanottajamäärän perusteella laajentaa).

Kilpailuluokat

Ilmoitetut ratapituudet ovat alustavia.

Naisten luokat (D)		Miesten luokat (H)	
Luokka	Radan pituus	Luokka	Radan pituus
D10	2,0 km	H10	2,2 km
D12	2,6 km	H12	2,6 km
D12K	2,0 km	H12K	2,2 km
D14	3,1 km	H14	3,1 km
D14K	2,6 km	H14K	2,6 km
D16	3,5 km	H16	3,5 km
D16K	3,1 km	H16K	3,1 km
D18	3,6 km	H18	3,7 km
D20	3,7 km	H20	4,2 km
D21	4,2 km	H21	5,2 km
D35	3,6 km	H35	4,7 km
D40	3,7 km	H40	4,3 km
D45	3,1 km	H45	4,2 km
D50	3,2 km	H50	3,6 km
D55	3,0 km	H55	3,5 km
D60	2,6 km	H60	3,5 km
D65	2,6 km	H65	3,1 km
D70	2,6 km	H70	3,0 km
D75	2,2 km	H75	3,0 km
D80	2,2 km	H80	2,6 km
D85	2,2 km	H85	2,2 km

VALAISTUSOLOSUHTEET KILPAILUN AIKANA

Lauantai: Aurinko laskee klo 20.50

Sunnuntai: Aurinko nousee klo 4.36

VALOKUVAUS JA RASTIT

Pääsy kilpailualueelle on kielletty kilpailun ollessa meneillään. Sulkuja on noudatettava. Areenalla on erikseen rajattu alueita valokuvaajille, ja näillä alueilla oleskelevien on pidettävä lehdistökorttinsa selkeästi näkyvissä.

10MILAn lehdistöpalvelu tarjoaa valokuvaajille mahdollisuuden käydä kontrollipisteissä seuraavasti:

<u>Nuorten viesti:</u>	Käynti ennakkokontrollin yhteydessä metsässä areenan lähistöllä
<u>Naisten viesti:</u>	Käynti rastilla maastossa.
<u>10MILA-vesti:</u>	Vähintään yksi käynti rastilla metsässä.

Tarkat lähtöajat ilmoitetaan lehdistöteltan ilmoitustaululla

Ilmoittautuminen: Ilmoittautuminen valokuvauskierroksille **on tehtävä lehdistökeskuksen vastaanotossa heti saapumisen yhteydessä. HUOM!** Kontrollikäynneille on tarjolla paikkoja rajoitetusti.

Juoksijat kulkevat lammikon rantaan viimeisellä rastilla – katso kuva alla.



LEHDISTÖTILAISUUDET

Lehdistökeskuksessa järjestetään kilpailuvuorokauden aikana seuraavat lehdistötilaisuudet:

Lauantai klo 13.00	Ennen naisten lähtöä joukkueenjohtajien kanssa
Lauantai klo 14.45	Nuorten viestin voittajat
Lauantai klo 19.00	Naisten viestin voittajat
Lauantai klo 20.00	Ennen 10MILA-vestin lähtöä joukkueenjohtajien kanssa
Sunnuntai klo 09.15	10MILA-vestin voittajat

Huomautus: yllä olevat ajat ovat alustavia ja niitä voidaan muuttaa. Päivityksiä kannattaa seurata lehdistökeskuksen ilmoitustaululta.

KILPAILUN SEURAAMINEN

10MILA tarjoaa useita mahdollisuuksia seurata kilpailun etenemistä:

LEHDISTÖKESKUS

Jatkuva tulospalvelu ja halutut tulosteet. Täällä on myös suuri näyttö, jolta voi seurata areenan tapahtumia.

WEB-TV <http://webtv.10mila.se>

10MILAn verkkosivuilla on linkki web-TV-sivulle, jolla voi ilmoittautua verkon kautta esitettävän TV-lähetyksen katselupalveluun. Web-TV:ssä esitetään sama lähetys kuin areenan suurella näytöllä. Lähetyksen katselusta veloitetaan kertaluonteisesti 100 SEK. Rekisteröityminen ja maksu tarvitsee tehdä vain kerran, minkä jälkeen lähetystä voi katsoa koko kilpailuviikonlopun ajan.

WEB-RADIO

10MILAn verkkosivuilla on linkki webbRadio-palveluun. Lähetyksiä on kaksi, toinen ruotsiksi ja toinen suomeksi. Palvelu on ilmainen. **Linkki avataan viimeistään perjantaina 3. toukokuuta.**

FM-RADIO

Selostajan puhetta voi seurata seuraavilta FM-taajuuksilta

- Ruotsinkielinen selostus = 91,8 MHz – Ola Jodal
- Suomenkielinen selostus = 107,9 MHz – Antti Örn, Kimmo Muttilainen

Lähetys on kuultavissa paikallisesti areenan ympäristössä.

Suuri näyttö areenalla ja lehdistökeskuksessa esittää tapahtumat kilpailun edetessä reaaliaikaisesti.

Ohitusaikapiste on viestin vaihtoalueella. Joukkueen ajan ja sijoituksen näkee kirjoittamalla joukkueen lähtönumeron.

Online-yhteys verkkosivuillemme esittää ajantasaiset tiedot tapahtumista. Lisäksi tarjolla ovat palvelut:

- Tulokset osoitteessa <http://online.10mila.se>
- 10MILA-sovellukset iPhone- ja Android-puhelimille.

GPS-seuranta näytetään kilpailun aikana suurilla näytöillä ja web-TV-lähetyksessä. Tätä ei ole tarjolla livetacking-seurantapalveluissa.

Radiosporten lähettää ohjelmaa suoraan areenalta kilpailuvuorokauden aikana jaksoittain. Naisten viestin aikana tapahtumista kerrotaan P4-kanavan urheiluohjelmien lähetyksissä. 10MILA- viestin tapahtumia selostetaan jatkuvasti yöradion ohjelmassa *Vaken*.

HUOM! Omaa radiopuhelinta ei saa käyttää areenalla eikä sen lähialueille, koska käyttö voi häiritä kilpailun johdon radio- ja teleliikennettä.

Faktat

Huhtikuun loppuun mennessä 10MILAn 68. tapahtumaan on ilmoittautunut joukkueita seuraavasti: 333 10MILA-viestiin, 356 naisten viestiin ja 296 nuorten viestiin.

Maa	Joukkueita	Juoksijoita
Tanska	16	108
Suomi	188	1322
Italia	2	20
Ei joukkuetta	13	76
Latvia	1	10
Norja	185	1141
Puola	1	10
Venäjä	8	48
Slovenia	2	15
Ruotsi	558	3687
Tšekki	11	65

Lämpimästi tervetuloa 10MILA 2013 -viestiin!

Lehdistöpäällikkö

Kristiina Ruuti

S-posti: press2013@10mila.se

Puh. 076-3456353

Tiedotusvastaava 10MILA 2013

Stefan Knorn

S-posti: info2013@10mila.se

Puh. 070-5305201

10MILA-voittajat 2000-luvulla

Vuosi/Viesti	Miehet	Naiset	Nuoret
Solbacka 2000	Halden SK	Domnarvets Golf	Gustavsberg/Järla
Strängnäs 2001	Baekkelagets SK	Kalevan Rasti	OK Denseln
Surahammar 2002	Halden SK	Halden SK	Alfta-Ösa OK
Kungsör 2003	Halden SK	Turun Suunnistajat	OK Tisaren
Kolmården 2004	Halden SK	Ulricehamns OK	Järla IF OK
Kungsängen 2005	Södertälje-Nykvarn	Domnarvets Golf	Halmstad / Löftan
Hallsberg 2006	Halden SK	Nydalen SK	Stora Tuna IK
Gröndal 2007	Halden SK	SolK Hellas	Stora Tuna IK
Rosersberg 2008	Kristiansand OK	Stora Tuna IK	Turun Suunnistajat
Perstorp 2009	Kristiansand OK	Halden SK	Södertälje-Nykvarn
Finspång 2010	Kalevan Rasti	Kalevan Rasti	Raumar Orientering
Riksten Botkyrka 2011	Kalevan Rasti	Tampereen Pyrintö	Södertälje-Nykvarn
Motala Kvarn 2012	Halden SK	Halden SK	Ounasvaaran hiihtoseura