

Rese-PM Daladubbeln 2025 GOF

Fredag

13:00 Samling på parkeringen mellan Circle K och Willys i Sävedalen (adress Göteborgsvägen 88, Sävedalen). **Avresa 13.15**

På vägen upp till Falun fördelar vi oss enl ålder, en buss för HD13/14 och en för HD15/16.

Kom ihåg att ta ledigt från skolan lite på em om det behövs.

Vi tar ett middagstopp 45-60 min stopp runt kl 17.

Under bussresan upp talar vi om hur rumsfördelningen ser ut. Var schyssta mot varandra och umgås gärna utanför rummen i allmänna ytor på hotellet.

ca 21.00 är vi framme vid hotellet, Scandic Lugnet. Vi delar ut nyckelkort och går till våra rum.

22:30 är det dags att släcka och sova i alla rum.

På fredagen kan det vara bra att ha med lite kvällsfika då middagen äts vid 17.

Lördag - stafett:

Frukost i Hotellets matsal, vi meddelar tiden för detta under bussresan upp.

Vi åker gemensamt ut i bussarna till arenan som ligger Halkbanan strax nordost om Olsbacka, längs E16 mellan Falun – Borlänge, bussen tar ca. 15 minuter.

Första start i stafetten är kl 11.00

Vi ledare kommer att hämta ut och dela ut samtliga nummerlappar.

Vi äter fältlunch på arenan, Pastasallad, Allergi/vegetariska alternativ är beställda enligt anmälan.

Vi stannar och hejar på våra kompisar. Det finns ingen dusch vid arenan, däremot finns omklädningsmöjligheter under tak på halkbanans södra del. Ta med torrt ombyte. Det kan bli kallt så ta med varma kläder och mössa!

När alla är i mål och prisutdelningarna varit går vi tillbaka till hotellet.

Vi umgås och slappar. Om du vill lämna hotellet, fråga en ledare så att vi vet vart ni går. Meddela även samma ledare när du är tillbaka.

Middag äter vi på hotellet, och får då information om söndagen. Ett gäng äter kl 18 och nästa kl 18:30.

Vi planerar en aktivitet tillsammans på kvällen, tid och plats för detta meddelas senare. Vi vill att alla HD13/14 är med på detta och HD15/16 är också varmt välkomna.

22:00 Läggsdags

Söndag

Frukost i Hotelllets matsal, vi meddelar tiden för detta under lördagen.

Vi åker ut med bussarna till arenan som ligger Halkbanan strax nordost om Olsbacka, längs E16 mellan Falun – Borlänge, bussen tar ca. 15 minuter. Beroende på starttid delar vi upp vilken tid som gäller.

De flesta får lottade starttider och några kommer att ha seedade starttider och startar sent.

Se till att få med er all packning på morgonen och lämna in i bussen innan ni går till arenan, vi kommer inte tillbaka till hotellet mer.

Det är långa banor på söndagen, se till att ha förberett er väl, drick mycket dagarna innan samt fyll på med energi direkt efter lördagens stafett. Tips är även att ha med sig någon energigel eller annan energi på långdistansen.

Se till att ha med dusch och varmt ombyte till arenan. DD kommer förhoppningsvis att erbjuda dusch i skolor i närheten av arenan.

Bussarna rullar så fort prisutdelningen är klar och gör ett middagsstopp på vägen hem. Vi kommer stanna vid Brändåsen för att äta. Mer exakt tid för ankomst till Göteborg får vi meddela hämtande chaufförer senare.

Banlängder

På stafetten är det 3–3,6 km långa banor i våra aktuella klasser.

Söndagens patrull, långdistans ser banlängderna ut såhär:

D14: 6,0 km

H14: 6,5 km

D16: 8,0 km

H16: 9,0 km

Läs igenom tävlings-PM, det finns i [Eventor](#)

Allmänt

Sjukdom

Ev. sjukdom meddelas så snart som möjligt till Sandra, Anna eller Louise, se nedan. Vi kan inte garantera att vi får ihop patruller om det blir avhopp, men det finns en löparbank och det kan finnas andra i samma sits så det brukar lösa sig på något sätt så att alla ändå får springa.

Avgift

Det är inte fastställt ännu helt vad kostnaden kommer bli men det kommer att landa på ca 2000 kr. Det faktureras klubbvis i efterhand.

Avbokning efter att anmälan stängt är möjligt vid sjukdom/skada och medför avbokningsavgift.

Startavgift för själva tävlingarna tillkommer och faktureras direkt till klubbarna från arrangören.

Packlista

Vi kommer ju bo på hotell, så ni slipper ta med sängkläder.

Kompass, SI-pinne, definitions hållare,

OL-kläder, för två tävlingar

Säkerhetsnålar till nummerlappen

Varma kläder, mössa, vantar, det kan bli geggigt, kängor alt stövlar, regnkläder.

Necessär, pyjamas etc

Mellanmål, och eventuellt kvällsmål till fredagen

Utklädningsattiraljer (frivilligt till söndagen)

Energigel eller liknande som kan behövas på långdistansen.

Pengar/swish till arenainköp samt mat på dit och hemresa

Kontaktuppgifter till ledare som är med på resan

Sandra Hansson, 0724-026602

Louise Göthfors, 070-7317572

Anna Nordelöf, 0765-698257

Peter Augustsson, 0733-982063

Jonas Fransson, 070-2155587

Daniel Hägerstrand, 070-3668692

Kristoffer Sideby, 0702-15 21 73

Åsa Cliffordson, 070-2284844