



Nu är det snart dags för GM i Varberg!

Hej på er ungdomar och föräldrar! GM närmar sig och vi ser fram emot en spännande och rolig helg.

69 ungdomar och 6 ledare är anmälda att vara med. Här kommer lite info och annat matnyttigt inför helgen.

Resa

Gemensam resa anordnas med en stor buss som startar i Vimmerby. Er förväntade påstigningsplats hittas sist i dokumentet. Om ni vill kliva på bussen på annan planerad avreseort än föreslaget, kontakta huvudledare. OBS att ni ska vara på plats 10 min innan avresetiden!

Fredag 7 augusti

1030 Vimmerby Åkebo rastplats

1130 Eksjö Aborravik

1230 Jönköping A6

1320 Värnamo Mc Donalds. Rast till 1420. Bussen går 1420 igen

1440 Bredaryd OKQ8

1500 Smålandsstenar Järnvägsstationen

1630 Varberg

Hemresa sker efter söndagens prisutdelning.

Tävlingarna

Tävlingarna består av sprint på fredag med start 18.00, långdistans på lördagen med start kl. 10.00 och stafett på söndagen, start 9.45 för juniorerna och 10.00 för ungdomarna.

OBS! Kom ihåg att du behöver anmäla dig själv till de individuella tävlingarna på Eventor senast söndag 2/8!

I ungdomsstafetten springer löpare från klasserna D16, H14, D14, H16 i nämnd ordning. Vi har anmält 14 lag.

I juniorstafetten springer två löpare från vardera klassen D17-20 och H17-20.

Löpordning: dam, herre, dam, herre. I dagsläget saknar vi en dam för att få ihop ett eget lag, men om intresse finns från er anmälda kan vi kanske låna en dam från ett annat distrikt.

Gällande uttagning till stafetten kommer våra uttagare att göra en bedömning utifrån tidigare resultat under året. Det är möjligt att springa två på varje sträcka så alla kommer att få springa i ett lag. Lagen meddelas på lördagskvällen.

Kläder

Under GM ´s individuella distanser tävlar man för sin klubb men springer i Smålandskläder. Samma kläder används även på stafetten. Vi tar med blusar och jackor som delas ut i samband med ankomst till Varberg.

På sprinten är det inget krav på heltäckande klädsel. Skor med metalledar är inte tillåtet.

Det finns Smålands-t-shirts som säljs för 130:-. Dessa tas med för försäljning om någon är intresserad.

Mat

Fredag: Du ansvarar själv för din mathållning fram till ditt lopp. Bussen kommer göra ett matstopp på Bredasten i Värnamo där det finns olika restauranger att välja på eller äter du egen medhavd mat. Efter tävlingen serveras en fältmåltid på arenan.

Lördag: Frukost serveras på skolan där vi bor. Fältlunch serveras på arenan och på kvällen är det middag på boendet.

Söndag: Frukost på boendet och fältmåltid på arenan.

Anmäld specialkost som gjordes i intresseanmälan har beställts. OBS! Nötförbud på bussen och i alla lokaler.

Logi

Vi bor på hårt underlag på Trönningeskolan som vi åker till och checkar in på efter fredagens sprint.

Övrigt

Kom ihåg att gå igenom PM och kolla startlistan innan helgen, så att du vet vad som väntar!

Vi är många ledare som är med och kan hjälpa dig till rätta, och vi kommer att finnas både vid start och mål. Vi kommer även att vara med på resan och vid boendet.

Packlista

- Det du vill äta på fredagen innan tävlingen.
- Sovsäck, kudde, luftmadrass osv till boendet på hårt underlag
- Tävlingskläder och skor (ungdomarna får låna smålandskläder i form av blus och överdragsjacka)

- Kompass, pinne och definitions hållare
- Kläder efter väder
- Hygienartiklar, handduk mm
- Russelpengar
- Ett glatt humör!

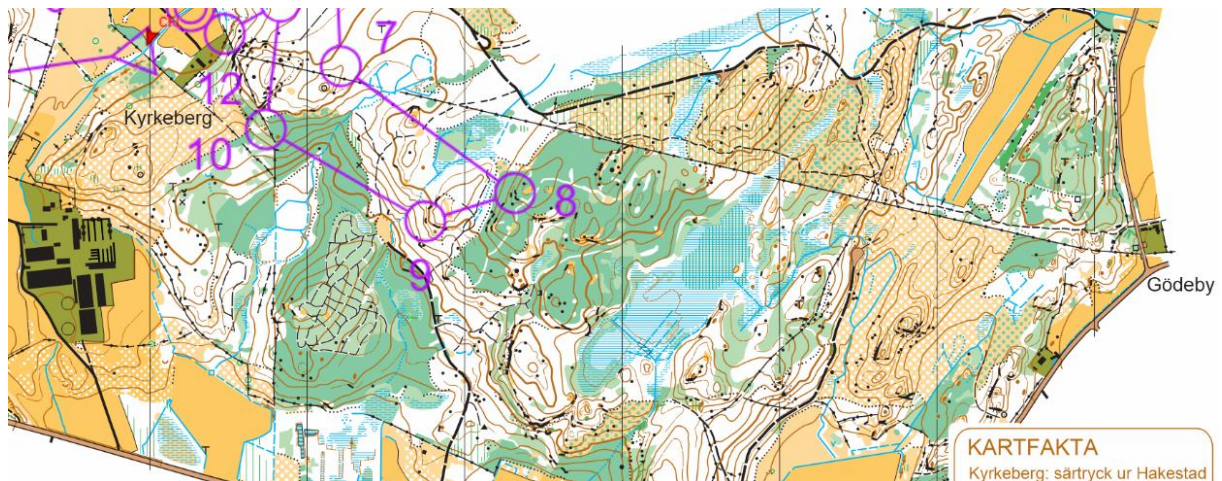
Vi vill gärna vara det distrikt som hörs och syns mest. Ansiktsfärger och hårfärg är inköpt.

Kostnad

Preliminär kostnad är ca 1400 kr/ deltagare och kommer att faktureras klubbarna i efterhand.

Terräng/karta

OK Nackhe arrangerade i år en tävling 3 april på angränsande område precis söder om GM, som ni ser kartan från härunder. Arenan på GM är upp i nordöstra hörnet.



Ledare

Carina Svensson, huvudledare, svenssoncarina67@gmail.com, 070-25 880 31

Mikael Trofast, 070-3527516

Christophe Zaninotti, 070-4416007

Vid eventuellt återbud, kontakta Carina.

Johanna	Hörnquist	Anderstorps OK
Arvid	Treptow	Anderstorps OK
Elof	Treptow	Anderstorps OK
Alice	Matanovic	Ankarsrums OK
Isac	Gunnarsson	Bredaryds SOK
Astrid	Nilsson	Bredaryds SOK
Stina	Nilsson	Bredaryds SOK
Svante	Nilsson	Bredaryds SOK

Påstigning
Bredaryd
Bredaryd
Bredaryd
Vimmerby
Värnamo
Bredaryd
Bredaryd
Bredaryd

Maja	Nylund	Bredaryds SOK	Bredaryd
Elise	Lindqvist	Eksjö SOK	Eksjö
Nathanael	Blomqvist	IKHP Huskvarna Idrottsklubb	Jönköping
Harald	Carlsson	IKHP Huskvarna Idrottsklubb	Jönköping
Mattis	Carlström	IKHP Huskvarna Idrottsklubb	Jönköping
Vendela	Johansson	IKHP Huskvarna Idrottsklubb	Jönköping
Felix	Sandahl	IKHP Huskvarna Idrottsklubb	Jönköping
Thea	Tudén	IKHP Huskvarna Idrottsklubb	Jönköping
Vilgot	Zinnerfors	IKHP Huskvarna Idrottsklubb	Jönköping
Majken	Agerhall	Jönköpings OK	Jönköping
Tage	Agerhall	Jönköpings OK	Jönköping
Oskar	Andersson	Jönköpings OK	Jönköping
Kasper	Bjurgren Karlsson	Jönköpings OK	Jönköping
Lovisa	Dahlberg	Jönköpings OK	Jönköping
Astrid	Hederskog	Jönköpings OK	Jönköping
Agnes	Olsson	Jönköpings OK	Jönköping
Arvid	Orestig	Jönköpings OK	Jönköping
Elric	Sonnerfjord	Jönköpings OK	Jönköping
Hannes	Sonnerfjord	Jönköpings OK	Jönköping
Alma	Trofast	Jönköpings OK	Jönköping
Hilma	Trofast	Jönköpings OK	Jönköping
Ester	Ullerteg	Jönköpings OK	Jönköping
Vera	Djupfors	Kalmar OK	Värnamo
Saga	Elfverson	Kalmar OK	Värnans
Axel	Träff	Målilla OK	Vimmerby
Julius	Gummesson	Nybro OK	Värnamo
Ebbe	Lindell	OK Bävern	Eksjö
Ella	Kronmarker	OK Gränsen	Jönköping
Theo	Kronmarker	OK Gränsen	Jönköping
Anna	Lindman	OK Gränsen	Jönköping
Edvin	Sennevik	OK Gränsen	Jönköping
Erik	Ahl	OK Norrvirdarna	Värnamo
Albert	Axelsson	OK Norrvirdarna	Värnamo
Elsa	Axelsson	OK Norrvirdarna	Värnans
Aylin	Emilov	OK Vivill	S-stenar
Lovisa	Stavenrot	OK Vivill	S-stenar
Vincent	Ekström Archer	SOK Aneby	Eksjö
Axel	Färg	SOK Aneby	Eksjö
Agnes	Jansson	SOK Aneby	Eksjö
Tage	Ljunggren	SOK Aneby	Eksjö
Marit	Grendelmeier	SOK Viljan	Vimmerby
Inez	Löfqvist	SOK Viljan	Vimmerby
Ester	Sandqvist	SOK Viljan	Vimmerby
Vilgot	Tyrberg	SOK Viljan	Vimmerby
Levi	Uddenberg	SOL Tranås	Eksjö
Love	Uddenberg	SOL Tranås	Eksjö
Gabriel	Ahrens	Västerviks OK	Vimmerby
Emma	Andersson	Västerviks OK	Vimmerby

	Antonsson		
Oscar	Lindgren	Västerviks OK	Vimmerby
Arvid	Stark	Västerviks OK	Egen resa
Nora	Stark	Västerviks OK	Egen resa
Theo	Zaninotti	Västerviks OK	Vimmerby
Sofia	Altin	Växjö OK	Värnamo
Clara	Frick	Växjö OK	Värnamo
Axel	Bengtsson	Växjö OK	Värnamo
Rasmus	Klevegård	Växjö OK	Värnamo
Linus	Lindén	Växjö OK	Värnamo
Oliver	Petersson Markus	Växjö OK	Värnamo
Frode	Sylvan	Växjö OK	Värnamo
Love	Sylvan	Växjö OK	Värnamo
Nelly	Eriksson	Växjö OK	Värnamo
Ledare			
Carina	Svensson	Smålands OF	Bredaryd
Mikael	Trofast	Smålands OF	Jönköping
Christophe	Zaninotti	Smålands OF	Vimmerby
Hjälpledare			
John-			
Patrik	Treptow	Anderstorps OK	Bredaryd
Linda	Träff	Målilla OK	Vimmerby
Björn	Lindell	OK Bävern	Eksjö