



PM CENTRUM TEAM SPRINT

Lördag 21 mars 2009
T-bana Universitetet

Centrum OK arrangerar sin första tävling på helt nyritad karta med områden som aldrig orienterats i tidigare! Åk gärna kollektivt så ni kan stanna och umgås på after run efter tävlingen. Lättare mat erbjuds också.

Samling

Gula villan på Stockholms Universitets campus (ombyte sker i Frescatihallen). Vägvisning från T-bana Universitetet, röda linjen mot Mörby centrum samt Roslagsvägen.

Kollektivtrafik

Eftersom Centrum OK är en kollektivtrafikfrämjande klubb uppmanas alla deltagare i möjligaste mån ta sig till och från tävlingen till fots, per cykel eller med kollektivtrafik.

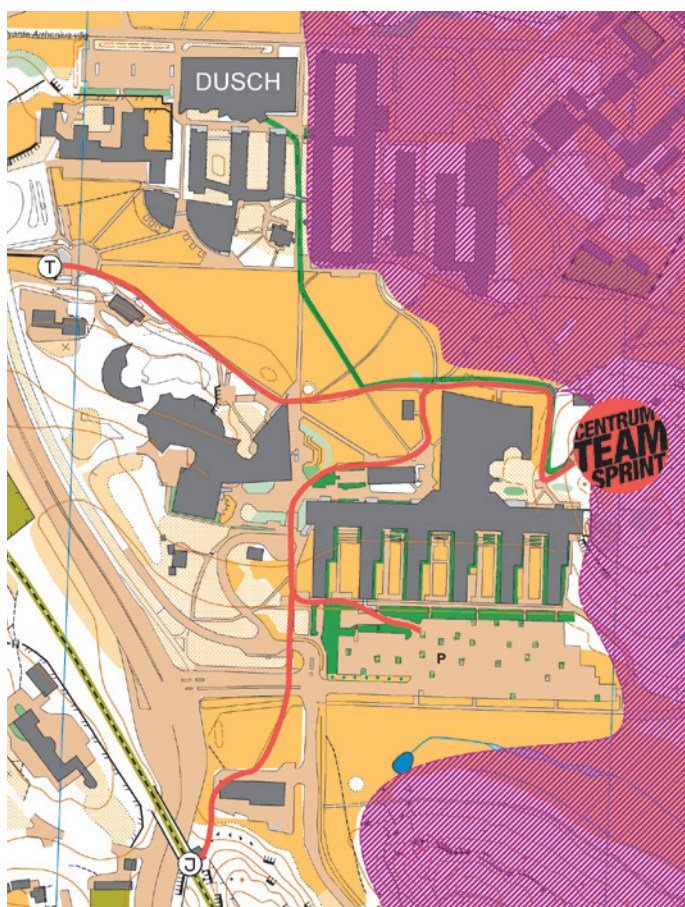
- För info om resor inom Stockholms län: www.sl.se
(T-bana Universitetet alt. Roslagsbanan hpl. Universitetet/Frescati)
- För info om resor inom Mälardalen: www.timinfo.se
- För info om resor från övriga Sverige:
www.resrobot.se

Avstånd

Tunnelbana – Gula villan: 500m

Roslagsbanan – Gula villan: 600 m

Parkering – Gula villan: max 600 meter. Gratis parkering på allmän parkering söder om universitetet.



Starttider och banlängder – Team Sprint

Klass	Sträcka 1	Sträcka 2	Sträcka 3	Sträcka 4	Starttid
D 26	1,6 km	1,0 km	1,0 km	1,6 km	14.00
H 26	1,6 km	1,0 km	1,0 km	1,6 km	14.10
D 34	2,2 km	1,5 km	1,5 km	2,2 km	14.10
H 34	2,2 km	1,5 km	1,5 km	2,2 km	14.00
Damer	2,4 km	1,6 km	1,6 km	2,4 km	14.20
Herrar	3,1 km	2,1 km	2,1 km	3,1 km	14.35
HD 90	2,2 km	1,5 km	1,5 km	2,2 km	14.20

Start och växling sker i anslutning till Gula villan. Snitsling till startpunkt: ca 40-50 m. Inpassering till start skall ske senast 5 minuter innan start. Vid inpassering till startfålla skall bricka tömmas och checkas. Nummerlappen stäms av mot startlista. Var ute i GOD TID, risk för köbildning.

Tävlingsprocedur och stämplingssystem

- Varje lag består av två löpare som springer två sträckor var, sammanlagt springer alltså laget fyra sträckor.
- Löparen som springer sträcka 1 springer även sträcka 3, medan den andra lagmedlemmen springer sträcka 2 och 4. Sträcka 2 och 3 är kortare.

OBS! Den person som är anmäld som löpare 1 måste starta på första sträckan med den SI-pinne som kopplats till löpare 1 i samband med anmälan. Ändringar i laguppställningarna måste göras senast lördag 21/3 kl 13.00 i anslutning till direktanmälan i Gula villan eller senast fredag kväll 20/3 via tavling@centrumok.se

Varje löpare springer med en egen SI-pinne som används på båda sträckorna (1+3 alt. 2+4). Denna ska tömmas innan varje sträcka. Det är väldigt viktigt att du efter växling följer snitslar och anvisningar och läser av din pinne innan du tömmer den inför din nästa sträcka. Annars blir laget diskvalificerat!

Att tänka på vid kontrollerna

- Det är ditt eget ansvar att säkerställa att du får både ljud- och ljussignal vid kontrollerna.
- Stiftklämna skall användas som reservstämpel om den elektroniska enheten inte fungerar.
- Stämpeln skall placeras i reservruta tryckt på kartan.

Växling

- Vid varje växling målstämplarna man på mållinjen.
- Vid målgång på sistasträckan används dock måldomare och målstämplingen sker då efter målgång.
- Ingående löpare lämnar sin karta till målpersonalen och växlar över till nästa löpare genom att ta dennes karta vid växlingsplanket och lämna över den. Var noga med att ta rätt nummer på kartan!
- Ta gärna med ett överdrag till växelfållan så den som väntar inte blir kall.
- Gaffling förekommer i samtliga klasser utom H/D 26.

Nummerlappar

Nummerlappar för alla lag finns upphängda på en lina intill startområdet. Varje lag ansvarar själva för att hämta sina nummerlappar med rätt startnummer. Nummerlapparna skall bäras väl synligt på bröstet och får ej vikas med hänsyn till våra sponsorer. Säkerhetsnålar finns/delas ut i anslutning till nummerlapparna.

OBS! personen som springer sträcka 1+3 har nummerlapp A och personen som springer sträcka 2+4 har nummerlapp B.

Hyrpinnar

Hämtas ut i anslutning till direktanmälan innan start.

Klubblösa personer

Personer utan klubbtilhörighet hämtar ur sin nummerlapp i deltagarservice innan start. De betalar även sin anmälningsavgift kontant till deltagarservice innan start.

Matchmaking

Löpare som önskar hjälp att finna lämplig lagkamrat kan anmäla detta till tavling@centrumok.se. Om/när ett lag skapats gäller dock samma anmälningsregler som för övriga lag. Det kommer även finnas vakansplatser så att det går att hitta en lämplig kompis på TC och anmäla sig där. Gå till deltagarservice!

Klasser och avgifter - Direktanmälan

Klass	Banlängd	Svårighetsgrad	Avgift, vuxen	Avgift, ungdom	Hyra, SI-pinne
Öppen 2	2,9 km	Grön/Gul	90 kr	50 kr (upp till 16)	20 kr
Öppen 5	4,0 km	Orange/Röd	90 kr	50 kr (upp till 16)	20 kr
Öppen 7	3,0 km	Violett/Blå	90 kr	50 kr (upp till 16)	20 kr
Öppen 8	5,0 km	Violett/Blå	90 kr	50 kr (upp till 16)	20 kr

- Till de öppna klasserna går det bara att direktanmäla sig på plats i Gula villan – ingen föränmälan.
- Alla avgifter betalas kontant. Bankomat finns vid tunnelbanan samt på universitetsområdet.

- Medlemmar i svenska orienteringsklubbar kan få avgiften på faktura till klubben i efterhand.
- Anmälan är öppen från kl 12.30-14.30 och starten från ca 12.45-14.45 (observera nya tider jämfört med inbjudan).
- Starten för öppna klasser ligger i anslutning till TC, följ skyltning.

Deltagarservice och informationsdisk

Finns inne i Gula villan i anslutning till direktanmälan. Deltagarservice handlägger namnändringar, röd utgång och svarar på frågor.

Kartutlämning

Karta på sträcka 4 behålls efter målgång. De övriga tre kartorna hämtas ut i deltagarservice en stund efter sista målgång.

Regler

Svenska Orienteringsförbundets tävlingsregler gäller: www.orientering.se/Arrangor/Tavling/Tavlingsregler/

Klädsel

I enighet med SOFT:s tävlingsregler ska kläderna vara heltäckande.

Karta & terräng

Sprintkarta Frescati, helt nyritad 2009 av Oskar Karlin och Joel Berring, Centrum OK i samråd med Skarpnäcks OL. Skala 1:5 000, ekvidistans 4 meter. Kartan är ritad efter sprintkartnorm ISSOM2007. Sprintnormen har en del karttecken som inte finns på vanliga kartor, gör er bekanta med dessa innan start. Läs mer om sprintnormen på: <http://www.orientering.se/Arrangor/Karta/Sprintnormen/>

Banorna går i närliggande skogsområden (måttlig kupering) och på universitetsområdet (lättlöpt och detaljrikt).

De korta sträckorna går i ett område som aldrig tidigare använts till orientering (f.d. privat mark)!

Förbjudna områden

Naturligtvis är all tomtmark förbjudet område. Observera att det enligt sprintnormen också finns andra objekt som det inte heller är tillåtet att passera, såsom höga staket, opasserbara branter och "svarta" byggnader. Observera även att det är tillåtet att passera under byggnader som är ljusare grå enl. bild. I tävlingsområdet finns områden som är snitslade med blå/gul snitsel, dessa är också förbjudna att passera.

Vistelse i tävlingsområde

Under pågående tävling är det inte tillåtet för ledare eller tävlande att vistas i tävlingsområdet före eller efter sitt lopp. Respektera skyltar och avspärningar. Detta är särskilt viktigt på väg till och från TC och duschar!

Kontroller och kontrollbeskrivningar

Kontrollerna är märkta med skärm, stämplingsenhet och reservstämpel placerade på stativ eller träbock. I vissa partier sitter kontrollerna tätt. Kontrollera kodsiffrorna noga! Kontrollbeskrivningarna är tryckta på kartan.

Speakerbevakning

Samtliga Team Sprint-klasser har förvarningskontroll. Speakern kommer framförallt att bevaka herr-, dam- och ungdomsklasserna (H/D 26 samt H/D 34).

Prisceremoni

Kring kl. 15.30 sker prisceremonin och direkt därefter öppnar baren (after run). Priser delas ut i samtliga klasser:

- I herr-, dam- och veteranklasserna ges värdefulla priser till segrarna, se nedan.
- I ungdomsklasserna får minst hälften av deltagarna pris i enighet med Stockholms Orienteringsförbunds rekommendationer.
- I direktanmälan (öppna klasser) lottas ett antal priser i varje klass.

Förstapriser

Herrar: Presentkort på Brasserie Elverket
Damer: Presentkort på Brasserie Elverket
Veteraner: Hotellövernattning / Presentkort hos SJ

Toaletter

Inne i Gula villan finns två toaletter och utomhus finns en toavagn med fyra toaletter. Toaletter finns även i Frescatihallen.

Omklädning och dusch

I Frescatihallen. Till hallen är det skyltat från tunnelbanan och från Gula villan. Byt gärna om direkt på vägen till Gula villan. Vänligen respektera förbjudna områden på väg till och från hallen.

OBS! Lämna inte värdesaker i omklädningsrummen! Det finns dock värdeskåp, så tag med hänglås, eller ta med värdesaker till TC vid gula villan.

Servering

Centrum Team Sprints välsorterade och ekologiska servering håller till i Gula Villan. Här kommer att finnas varm ärtsoppa, korv med bröd, våfflor, matiga smörgåsar, varma och kalla drycker och sötsaker. Efter prisutdelning serveras kall öl till den varma soppan. Alla råvaror är ekologiska!

OBS! Kontant betalning. Bankomat finns vid tunnelbanan samt på universitetsområdet.

Sjukvård

I Gula villan. Kontakta deltagarservice för att hitta rätt.

Huvudfunktionärer

Banläggare/kartritare: Oskar Karlin och Joel Berring
Sekretariat: Jakob Larsen, Mette Petersson
Tävlingsledare: Jakob Carlsson, 0733-944 944
Speaker/pressansvarig: Klas Bringert, 0739-38 18 20

Välkomna!!

Vi tackar våra sponsorer:

