

Samling	Vid Lilla Sickla, öster om Hammarbybacken
Parkering	Parkering sker på allmänna parkeringar i Hammarby Sjöstad, t.ex. parkeringshuset vid Sjöstadshallen – 950 m till TC. Normala parkeringsregler gäller. Åk gärna kommunalt. Buss 401 till Sickla allé – 750m till TC; Tvärbanan till Sickla Kaj 1.100 m till TC. Tunnelbana till Hammarbyhöjden – 100m till TC. Snitslat från övergångarna på Södra Länken och från Sickla allé.
Direkt-anmälan	Inskolning, Öppen 1-9 alla dagar. Anmälan 17.00 – 19:00 Start 17:30 – 19:30 Startstämpling gäller, begränsat antal kartor var i tid eller var flexibel.
Start	Första start 17:30 alla dagar. Orange/vit startsnitsel för samtliga klasser, Vid start är det endast tillåtet med med en löpare per minut i varje fälla. Dag 1 – 750 m ; Dag 2 – 300m; Dag 3 1.100m OBS! Inga toaletter vid start. Fri start för alla. Startstämpling för alla. Arrangören transporterar endast överdrag efter sista start.
Stämpling-system	Sportident, Kontrollera att du har rätt nummer i startlistan. Töm brickan på väg till start. Vid ändring av bricka tas en avgift på 25:- ut.
Hyrbrickor	Om du inte anmält en bricka har du tilldelats en hyrbricka som kan hämtas ut vid direktanmälan. Avgift 30:-/dag
Karta, kontroll-beskrivning	Färgutskrift. Dag 1 – 1:5000 för alla. Dag 2, 3 – 1:7500 för HD65 och äldre, 1:10000 för övriga. Kontrollbeskrivningen är tryckt på kartan, inga lösa beskrivningar. Ettapp 1 går i stadsmiljö på grund av vårdatumstoppet. Iakttag normala trafikregler, var försiktig vid vägovergångar. De längre banorna passerar Hammarby Fabriksväg där det är en kontrollerad övergång som sker utan att löptiden registreras. Tiden stoppas vid kontrollen innan övergången och startas igen vid kontrollen på andra sidan. Max tid för korsning är två minuter. Ettapp 2 och 3 går i ett närområde där mycket folk rör sig och det skapas nya stigar hela tiden, allt kan inte redovisas på kartan. Kontrollera kartexempel nedan för att förstå hur huvudgatan korsas. Dessutom har Stockholm Trail nyligen genomförts i området vilket kan ha gett ett nytt spår på sina ställen i skogen.
Målgång	Dag 1 är det brutet mål, ca. 300m från TC, följ snitsel till utstämpling (ordinarie målfälla), Dag 2 och 3 målgång på TC. Målet stänger 20:45, anpassa er starttid så att ni hinner runt er bana.
Vätska	Ingen vätska på banan.
Marka	En välsorterad marka finns vid TC
Ombyte/dusch	Finns utomhus vid TC

Toaletter	Finns endast vid TC
Förbjudna områden	Tomtmark, planteringar, murar och branter enligt sprintnormen dag. Golfbanan är inte tillåten att beträda.
Prisutdelning	Genomförs efter etapp 3. Ett pris lottas ut i vuxenklasserna. Alla ungdomar som fullföljt tre dagar får pris.
Banläggare	Nick Barrable, Gunnar Johansson Falk, Julia Frejd. Bankontroll: Lars Forsberg
Tävlingsledning	Gunnar Johansson Falk – 070-6689022
Extra PM start	Vid starten skall ni ställa er i den fålla (kö) där er klass finns angiven. När ni är först i kön så är det er tur att gå fram vid nästa minutip. Väl inne i nästa fålla är proceduren som vanligt, ni får dock ingen lös kontrollbeskrivning. I nästa fålla tar ungdomarna sin karta medan de vuxna väntar på nästa pip. Efter det pipet startar ni, ungdomar startstämplar och springer i väg, vuxna tar sin karta, startstämplar och springer iväg. Kom ihåg att läsa av SportIdent-brickan hos sekretariatet när ni kommit i mål även om ni inte fullföljt banan.





Parkering enligt gällande regler i Hammarby Sjöstad, Hammarbyhöjden eller Sickla.

Åk helst kommunalt.

Sickla Bro, buss 401 från Slussen – 750 m till TC

Sickla Kaj, Tvärbanan från Gullmarsplan – 1100 m till TC

Tunnelbana linje 17 till Hammarbyhöjden – 1100m till TC

Ingen biltrafik på Axvällsvägen.
Gångtrafik är OK

Till TC.

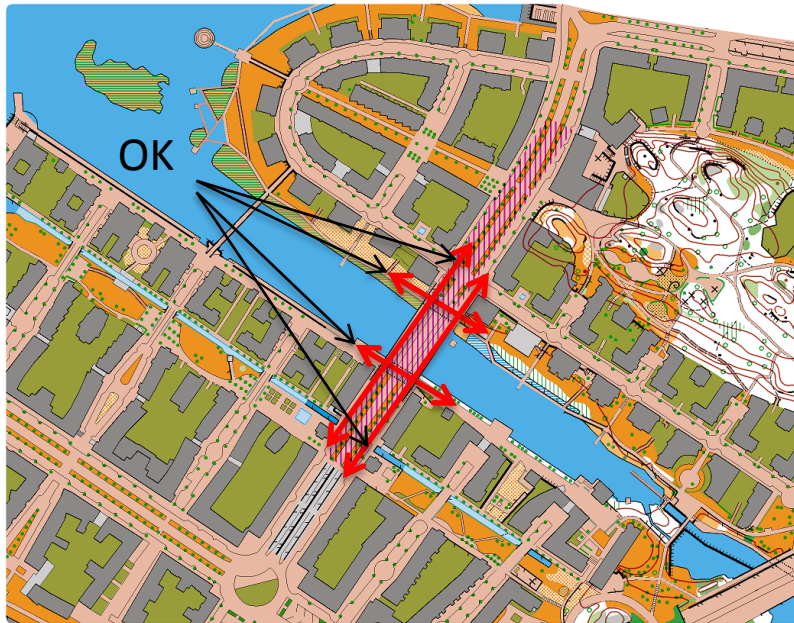
Åk gärna kommunalt. Parkering skall ske enligt gällande regler.

På väg till TC kommer ni att passera startsnitsel, alternativt igenom tävlingsområdet. Visa respekt mot era medtävlare.

Dag 1

Special PM rörande övergångar i Hammarby Sjästad.

Dag 1, Godkända passager, vakt med kamera finns i området. Korsar in över spårvagnsspåren. Löpning sker längs med trottoarerna eller under broarna



Dag 1. Kontrollerad vägövergång. Tiden stannas vid kontroll 78 och startas vid kontroll 51 eller senast efter två minuter.

