

PM DM-sprint

5 juni 2024

Arena

Björnkulla, Huddinge

På arenan finns ett avspärrat område för att skydda känsliga örter. Ytan får ej beträdas.

Transport

Alla deltagare måste gå från Flemingsberg station oavsett färdmedel då bil- och bussväg går genom tävlingsområdet. Deltagare som tar bil eller buss genom tävlingsområdet kommer att bli diskvalificerade. Avstånd till arenan ca 1 km.

Ingen organiserad parkering. Parkering sker enligt gällande allmänna parkeringsregler och på eget ansvar. **OBS! Det är inte tillåtet för tävlande att parkera inom tävlingsområdet.**

Snitsel till arenan börjar vid södra utgången vid Flemingsberg station alternativt från Södertörns tingsrätt.

Avlysning

Från kl. 16.00 är det skarp avlysning i tävlingsområdet. Det vill säga att inga löpare får vistas i området, förutom att följa snitsel till arenan som sker i kanten av tävlingsområdet.

Direktanmälan

Direktanmälan till öppna klasser kan göras på tävlingsdagen vid arenan. Anmälan är öppen kl. 17.45 -19.00.

Start

Första start kl. 18:00.

Öppna klasser start kl. 18.00-19.15

Avstånd till start 1000m för alla klasser. Följ orange/vit snitsel. Samma väg som till arenan.

Lottade starttider med minst en minuts startmellanrum används i åldersklasser (DH10-85). DH10-14 får kartan 1 minut före startsignal.

Öppna klasser har fri starttid med startstämpling. Deltagarna får kartan före start. Hjälp finns vid starten för de som behöver.

Lösa kontrollbeskrivningar finns. De finns även tryckta på kartan.

Ingen transport av överdrag finns.

Uppvärmning

Uppvärmning får endast ske längs väg till start samt på andra sidan järnvägen mot Södertörns högskola/Flemingsberg centrum

Klädsel

Valfri klädsel är tillåtet

Nummerlappar

Nummerlappar ska användas i klasserna DH18-21. Självservering vid start. Ta med egna säkerhetsnålar.

Terräng och skala

Visättra är ett klassiskt höghusområde i förort, med ett fåtal större byggnader. Det finns även inslag av radhus och parkmiljö på de längre banorna. Karaktäristiskt för området är en planbild på flera nivåer med broar, tunnlar och trappor som öppnar upp för vägvalsmöjligheter. Området är måttligt kuperat men med enstaka branta passager både uppför och nedför.

Skala 1:3000 för DH10-14, DH45+ och öppna klasser. 1:4000 för övriga klasser.

OBS! skalan i klassen öppen Svår är ändrad till 1:4000, till skillnad mot 1:3000 i inbjudan för att ge tillräckligt mycket utrymme för alla tänkbara vägval.

Underlag

80% hårt underlag

15% gräs

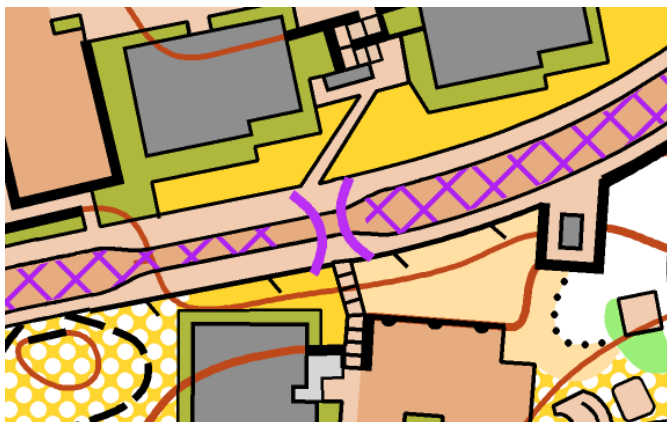
5% stig/skog

Vägpassage

Alla klasser kommer att passera en väg till sista kontrollen, vid ett övergångsställe.

Funktionär kommer att assistera löpare vid övergång. Var extra uppmärksam när vägen passeras.

Klasserna DH16 och äldre kommer att ha flera vägpassager, men **alltid** vid övergångsställen. På kartan är alla passerbara övergångsställen markerade, se exempel nedan. På de längsta banorna kommer det också finnas övergångsställen som inte är tillåtna att passera. Funktionärer kommer att stå vid de mest trafikerade övergångsställena för att assistera löpare, **men kommer inte stoppa trafiken**. Var uppmärksam på trafik!



Broar och tunnlar

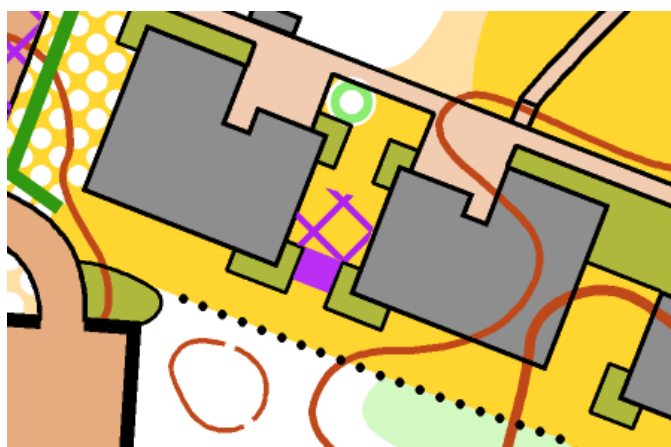
På banan kommer det att finnas broar och tunnlar. Vid flera av dem kan man passera bron/tunneln samt trottoarer men inte vägen som är under/ovanför då det är förbjudet område. Se kartskiss nedan:



Artificiella barriärer

På banan finns artificiella barriärer, både i form av staket och violetta avspärningar på kartan. Dessa är inte tillåtna att passera och funktionärer kommer att ha uppsikt över dem.

I terrängen är dessa markerade med heldragen blå/gul snitsel, men det förekommer en nedsänkt del så att boende i området kan passera. Det betyder att snitseln ligger på marken en kortare del av avspärningen.



Sprintregler

SOFTs regelverk för sprintorientering gäller. Ta gärna del av dokumentet "Särskilda sprintregler och karttecken" eller genomgå SOFTs nätbaserade utbildning som finns på Eventor under dokument och länkar.

Förbjudna områden/hinder/snitsling

Alltid förbjudet att beträda tomtmark och planteringar även om det inte finns avgränsning med staket eller snitsel. Vegetation som är markerad med mörkgrön färg får inte heller passeras. Överträdelse medför diskvalifikation. Det kommer att finnas vakter längs banorna.

Om olyckan är framme och du skadar någon privat egendom – rapportera detta direkt till arrangören vid målgång.

Lång spurt

Från sista kontrollen är det en lång spurt till målet, följ snitsling.

Stämplingssystem

Sportident. Touch free är påslaget. Alla SI-brickor fungerar.

Om inget bricknummer anges tilldelas hyrbricka till en kostnad av 40 kr. Borttappad bricka debiteras med 600 kr.

Kontroller

Sportidentenheterna sitter på träbock eller käppar med orange/vit nylonskärm. Kodsiffror på ovensidan av enheten. På vissa ställen är det mycket tätt mellan kontrollerna så kontrollera kodsiffran noga. Kontrollerna ska tas i rätt ordning.

Sista kontrollen är vid en klubbflagga, markerad som ett kryss på kartan.

Skuggning

Följeslagare/uppföljare är tillåtet i U-klasser och öppna klasser. Kartor till uppföljare finns vid start. Inte tillåtet att skugga innan egen start i mästerskapsklass.

Maxtid

60 min

Brutet lopp

Löpare som avbryter sitt lopp måste läsa av sin SI-bricka vid avläsningen vid målet på arenan.

Strukna klasser

DH90

Klasser

Åldersklasser kvinnor/banlängd				Åldersklasser män/banlängd				Öppna klasser	
D10	1,5 km	D35	2,1 km	H10	1,5 km	H35	2,4 km	Mkt Lätt	1,6km
D12	1,6 km	D40	2,0 km	H12	1,6 km	H40	2,1 km	Lätt	1,7 km
D14	1,7 km	D45	2,0 km	H14	1,7 km	H45	2,0 km	Medel svår	2,0 km
D16	2,0 km	D50	1,9 km	H16	2,0 km	H50	1,9 km	Svår	2,4 km
D18	2,1 km	D55	1,9 km	H18	2,4 km	H55	1,9 km	U1	1,5 km
D20	2,1 km	D60	1,9 km	H20	2,4 km	H60	1,9 km	U2	1,6 km
D21	2,0 km	D65	1,8 km	H21	2,4 km	H65	1,9 km	U3	1,7 km
		D70	1,6 km			H70	1,8 km	U4	2,0 km
		D75	1,6 km			H75	1,6 km		
		D80	1,6 km			H80	1,6 km		
		D85	1,6 km			H85	1,6 km		

Löpare som representerar en förening från ett distrikt utanför Stockholm får delta, men kan inte bli distriktsmästare.

PM, startlista och resultat

PM och startlista samt resultat läggs ut på Eventor. Startlistan kommer under måndagen den 3/5. Liveresultat kommer att finnas.

Priser

Den här tävlingen ingår i STHLM elitpris. I klasserna DH18, DH20 och DH21 delas endast DM-plakett ut till segraren. I övrigt samlar deltagarna poäng som sammanställs till ett pris för hela säsongen. Läs mer om STHLM elitpris på:

[Stockholms elitpris – Orienteringsförbundet](#)

DM-plaketter delas ut till klasserna HD10-16 till de 3 främsta. I klasserna HD35+ delas DM-plakett ut till segraren. I ungdomsklasserna delas priser ut enligt StOFs anvisningar. Antal priser i varje klass se prisutdelningsplatsen. Prisutdelning sker när klassen är avslutad. Priser till deltagare i U-klasser fås i anslutning till målet och avläsning.

Första hjälpen

Hjälp med enklare omplåstring finns på arenan.

Betalning

Betalning på arenan görs i huvudsak med Swish men kortbetalning erbjuds också vid direktanmälan och serveringen.

Kontakta tävlingskassör Cecilia Börjesson Norell, borjesson75@hotmail.com, vid frågor om betalning.

Dusch

Duschköjligheter kommer att finnas vid Snättringes klubbstuga vid Källbrink. Öppet mellan kl. 19.30-20.30.

Toaletter

Fåtal toaletter finns vid arenan. Inga toaletter vid start.

Vimplar/tält

Förbjudet att sätta ned klubbvimplar/flaggor och tältpinnar i marken på arenan.

Servering

Enklare servering kommer att finnas. Betalning kan göras med Swish eller kort.

Barnpassning

Ingen barnpassning erbjuds.

Miniknat

Miniknatet genomförs i labyrinten. Se Labyrintorientering.

Labyrintorientering

Öppet för de yngsta 17:15-18:15 och för alla från 18:15. Kostnad 40 kr för den som vill ha pris och 20 kr för den som bara vill springa i labyrinten. Betalning med Swish. Ta gärna med en SI-bricka (kan användas även under DM).

Ett flertal banor finns och man får springa hur många varv man vill. Nya deltagare har företräde. Labyrinten ligger på arenan och man får springa där innan eget lopp.

Varmt välkommen!

Tävlingsledare: Nadja Dahlström, Snättringe SK

Bitr. tävlingsledare: Sofia Persson, Snättringe SK

Tävlingskontrollant: Patrik Adebrant, Tumba-Mälarhöjden

Banläggare: Oskar Forsberg, Snättringe SK

Bankkontrollant: Mattias Boman, Tumba-Mälarhöjden

