



# SVENSKA CUPEN SKIDORIENTERING

## SUNDSVALL SKIO WEEKEND



PM

SPRINT

LÅNG

SUNDSVALL 8-9 FEBRUARI 2025

ARRANGÖR

**SOK**  
SUNDSVALLS ORIENTERINGSKLUBB

PARTNERS

  
bagheera

  
EKSJÖHUS

Idre Fjäll

  
Landshypotek Bank

**SILVA**

Folksam

Fabege

# PM

## Sundsvall SkiO Weekend

### Svenska cupen, sprint och lång

<b>Distanser</b>	Lördag 8 februari fm: Sprintdistans (Svenska Cupen och WRE). Söndag 9 februari: Långdistans (Svenska Cupen och WRE).
<b>Svenska cupen</b>	Tävlingarna ingår i <a href="#">Svenska Cupen SkidO 2025</a> som deltävling #5 och #6.
<b>World Ranking Event</b>	Sprint- och långdistansen har WRE-status för klasserna D/H21 (W/M21).
<b>Arena</b>	Friluftscentrum Södra Berget ca 2 km söder om Sundsvall centrum. Följ vägvisning till Södra Berget från E14. Friluftscentrum skyltas från E14 (Bergsgatan) genom Sundsvall med S Stadsberget samt med upplysningsmärkena för friluftsområde, skidlift samt hotell (fast allmän skyltning).
<b>Parkering</b>	OBS! Begränsat utrymme för parkering uppe på Södra! SAMÅK och TA GOTT OM TID på er!!
<b>Klasser</b>	W/M21E, D/H18E, D/H20E, D/H21, D/H17-20, D/H12, D/H14, D/H16 och D/H35-D/H75. Svenska Cupen: W/M21E (WRE), D/H18E D/H20E.
<b>Starttider</b>	Lördag 8 februari fm: Första start kl. 11:00. Söndag 9 februari: Första start kl. 10:00.
<b>Efteranmälan</b>	Via Eventor senast <b>onsdag 5 februari kl. 23:59</b> mot 50 % förhöjd avgift.
<b>Öppna klasser</b>	Öppna banor: Kort, Mellan och Lång. Anmälan till öppna banor kan ske vid Arenan kl 10.30 – 12.30 lördag, och 09.30 – 10.30 Söndag. Förhöjd avgift (avseende efteranmälan) gäller ej Öppna banor. Fri start mellan 12:15-13:00 på lördag och 10:00-11:00 på söndag.

**Anmälningsavgifter** Enligt SOFT:s bestämmelser:

**Lördag fm:**

- Svenska Cupen (WRE), sprintdistans, seniorer: 390 kr.
- Svenska Cupen, sprintdistans, juniorer: 360 kr.
- Sprintdistans:
  - Åldersklasser och öppna klasser, 17 år och äldre: 270 kr.
  - Åldersklasser och öppna klasser, 16 år och yngre: 140 kr.

**Söndag:**

- Svenska Cupen (WRE), långdistans, seniorer: 390 kr.
- Svenska Cupen (WRE), långdistans, juniorer: 360 kr.
- Långdistans:
  - Åldersklasser och öppna klasser, 17 år och äldre: 270 kr.
  - Åldersklasser och öppna klasser, 16 år och yngre: 140 kr.

Anmälan till tävlingen medför publicering av deltagande och resultat på Internet.

**Betalningsuppgifter** Tävlände för svenska klubbar faktureras i efterhand via Eventor.

Utländska deltagare betalar in startavgiften till Sundsvalls Orienteringsklubb, Bodvägen 7, 853 57 Sundsvall, IBAN SE92 9500 0099 6042 0331 1578, BIC NDEASESS

**Stämplingssystem** SportIdent i s k "beacon mode", dvs både beröringsfritt (touch free) eller vanlig stämpling. Beröringsfri stämpling förutsätter att den tävlände har **fungerande** SIAC-bricka. Enhet programmerad för SIAC Battery-test kommer att finnas. Alla övriga stämplare på vanligt sätt, dvs med vanlig stämpling.

Meddela nummer för Sportident-bricka vid anmälan. Sportident-bricka (ej beröringsfri) kan hyras för 50 kr/dag. Vid förlust av bricka debiteras 700 kr.

Ett mindre antal SIAC (touch free) kommer finnas för uthyrning för 80 kr/dag. Vid förlust av SIAC debiteras 900 kr.

Byte av anmäld SI-bricka sker i förväg via mail till [skiweekend@sundsvallsok.se](mailto:skiweekend@sundsvallsok.se) eller på tävlingsdagen i sekretariatet.

**Tävlingsregler** [SOFT:s regelverk.](#)

**Banlängder** Enligt SOFT:s bestämmelser. Exakta banlängder redovisas i startlistan.

**SkiOWeekend Totalcup** / *SkiOWeekend Totalcup* koras en dam- och en herrsegrare bland alla deltagare, bästa medel-km-tid för de två tävlingarna räknas.

- Startlista** Publiceras på Eventor senast torsdag 6 februari samt på arenan på tävlingsdagarna.
- Nummerlappar** Nummerlappar i Elit-klasserna. Klistras på höger ben. Ledarväst till ledarna i respektive klass i Svenska Cupen. Självservering på Arenan.
- Vallningsutrymme** Vallabodar med eluttag är belägna invid parkeringen. Tillgång till eluttag finns även vid Arenan.
- Skidtest** På anslutningsspåret mot Hotell Södra Berget.
- Temperaturgräns** -15 grader (enl SOFTs anvisningar för ungdomsklass)  
-17 grader (enl SOFTs anvisningar för vuxenklass)  
-20 grader (enl IOF:s anvisningar för WRE-klasser MW21)
- Start** Start lördag fm, sprint – ca 400 m från arenan.  
Start söndag, lång – vid arenan
- Karta** Södra Berget, kartstorlek A4.  
Skala lördag sprint 1:5 000. Skala söndag lång, 1:10 000.  
Ekvidistans 5 m.
- Kartvändning/kartbyte**  
Sprint, lördag: Inget kartbyte/kartvändning för någon klass.  
Långdistans, söndagen:  
Varvning på Arenan med kartbyte för W21E och M21E  
Kartvändning för samtliga klasser utom HD12, HD14, HD75, HD70, D65, Öppen Kort.  
W21E och M21E har kartvändning på båda sina varv.
- Terrängbeskrivning** Måttlig till starkt kuperad hällmarkstallskog blandat med myrar och granskog. Tävlingsområdet ligger 150-240 möh.  
Södra bergets ordinarie spårssystem omfattar ca 25 km pistmaskinspreparerade spår. De har kompletterats med 2 km breda spår



preparerade med skoter och sladd, samt 27 km smala spår preparerade med skoter och sladd.

Sprinten bjuder främst på smalspår, och något flackare terräng.

Långdistansen bjuder på maximalt fokus på vägval. Det blir rejäl kupering och stor andel breda, pistmaskinspreparerade spår. Smalspårerna är tekniskt krävande med många snabba riktningsförändringar i såväl plan- som höjdded.

<b>Förbjudet område</b>	Ett område med snöupplag är förbjudet område, detta markeras på kartan. Ingen markering i terrängen.
<b>Spårbeskrivning</b>	90 % smalspår, 10% bredspår på lördagen. 50% smalspår, 50% bredspår på söndagen Snötillgången är god, men vissa kortare partier med granskog förekommer genomslag. I spårerna närmast Arenan rör sig många skidåkare, var observant vid möten och korsande spår. Spår från snöskopromenader och turskidåkning förekommer i området. Det är inte redovisat i kartan. Drivningsvägar är av misstag redovisade på karta.
<b>Vätska</b>	Vätska på söndagens långdistans. Två vätskekontroller för W21E och M21E. En vätskekontroll för alla övriga klasser utom HD12 och Öppen kort.
<b>Kontroller</b>	En enhet per kontroll. Kodsiffra på stolpe och på enheten. Åkaren ansvarar själv för att stämplingen "tar" ljud och ljussignal. <b>OBS att stämpling ska ske så att kontrollstolpar och enheter inte tar skada!</b>
<b>Reservutrustning</b>	Läggs på anvisad plats vid arenan, se Arenaskiss.
<b>Publikkontroll</b>	På söndagens långdistans passerar alla banor utom HD12 och Öppen kort en publikkontroll intill Arenan, se Arenaskiss.
<b>Mål</b>	Åkaren ansvarar själv för att stämplingen tar vid målet.
<b>Resultat</b>	Länk till Liveresultat finns i Eventor. Resultat kommer att publiceras på Eventor samt skriftligt på arenan så snart som möjligt efter sista utstämpling.

**Sjukvård/Första hjälpen**

Finns vid Arenan. Ansvarig Fredrik Granholm, 070-606 47 47

**Omklädning/dusch**

Utrymme för omklädning samt duschar finns i begränsad omfattning vid parkeringen.

**Toaletter**

I anslutning till Arenan.

**Servering**

Servering finns vid arenan.

**Avlysning**

Avlyst område är publicerat på Eventor. Från och med lördag 1 februari är även de fasta skidspåren inom tävlingsområdet avlysta.

**Boende**

Vi hänvisar till Sidsjö Hotell & Konferens, se erbjudande i Inbjudan.

**Priser**

Pris vid målgång till alla ungdomar. Pris till dam- resp herrsegraren i SkiOWeekend Totalcup. I övrigt priser enligt SOFT:s bestämmelser.

**Banläggare**

Anders Erlandsson, 073 398 0370, [anderserla@hotmail.com](mailto:anderserla@hotmail.com)

**Bankkontrollant**

Torbjörn Engberg, Härnösands OK, 070-615 90 03.

**Tävlingskontrollant**

Peter Sjöbom, Njurunda OK, 070 690 8910, [petersjobom64@gmail.com](mailto:petersjobom64@gmail.com)

**Event Advisor (WRE)**

Mattias Johansson, IFK Umeå, 070-683 1107

**Tävlingsjury**

Per Sandberg, Säterbygdens OK, 070-640 4673

Mårten Frenelius, IFK Lidingö SOK, 073-732 2270

Thomas Persson, Åtvidabergs IF, 070-605 1380

**Tävlingsledning/Upplysningar**

Tävlingsledare: Pia Lindholm, 070 661 1064, [pia.r.lindholm@gmail.com](mailto:pia.r.lindholm@gmail.com),  
[skiowekend@sundsvallsok.se](mailto:skiowekend@sundsvallsok.se)

# Varmt välkomna hälsar Sundsvalls OK!