



Stockholm City Cup PM etapp 1 onsdagen den 14/5 2025 Gamla Stan

Välkommen till Gamla Stan och Arena Mynttorget!

Arena

Mynttorget

Kungsträdgården



Slussen

Kollektivtrafik

Buss till hållplats 'Slottsbacken' på Skeppsbron ca 500m till Arenan, Tunnelbana till station Kungsträdgården ca 550 meter till Arenan via Strömbro eller Tunnelbana/Buss till station Slussen och sedan via Skeppsbron ca 1,3km. **Tunnelbanestation Gamla Stan ska inte användas då detta blir access genom tävlingsområdet. Helgeandsholmen Riksbron/Riksgatan samt Norrbro ska ej heller användas som väg till Arenan av samma skäl.**

Parkering

Det är ytterst ont om parkeringsplatser i området. Använd kollektivtrafiken. Cyklar går att ställas upp vid arenan.

Avlyst tävlingsområde

Gamla Stan och Helgeandsholmen

Förbjudet att vara i tävlingsområdet från kl. 18:00 fram till egen start samt efter egen målgång.

Det avlysta området visa på kartan ovan.

Uppvärmning

Tillgängliga ytor är starkt begränsade. Uppvärmning kan ske i anslutning till starten på övre delen av Slottsbacken. Spring inte in på/i några gator/gränder då dessa är del av tävlingsområdet.

Karta

Kartan har sprintnorm.

HD21E, HD20E, HD18E, HD21 och HD16 har skala 1:4 000, HD12, HD14, HD45, HD55, Medelsvår och U2 har skala 1:3 000. Ekvidistans 2,5 m.

Karta är ritad av Per Forsgren år 2019/2025

Terräng

Ren stadsmiljö, svag till måttlig kupering, gatsten, asfalt och parkytor.

Visa hänsyn till de boende och gående i området. Planteringar i området är förbjudet att springa i. Biltrafik i mindre omfattning men var uppmärksam. Det kommer finnas vakter vid några mer belastade vägkorsningar.

Tävlingsområdet är litet, samtidigt som det är mycket snabblopt. Visa hänsyn till varandra och tredje man/turister, speciellt i trappor och vid passage runt hörn.

Förbjudna passager

I området förekommer förbjudna passager. På kartan är dessa markerade med violetta linjer, se exempel nedan. Blågul snitsel används för att markera dessa förbjudna passager i tävlingsområdet.



Exempel på kartan



Exempel på hur det kan se ut

Start

Första start är kl 18:30. Startlista är tillgänglig på Eventor senast tävlingsdagens morgon. Det finns ingen maxtid, men målet stänger kl 20.30.

Start för alla klasser är 180 m från arenan. Följ orange-vit snitsel. Börjar vid trappan upp från Mynttorget mot Yttre Borggården, sparsamt snitslat då vi är på Slottets mark. **Obs! Det är viktigt att visa hänsyn och gå över Yttre Borggården. Spring inte! Hela Slottsområdet är ett skyddsobjekt med beväpnade vakter i "Högvakten". Håll avstånd och visa hänsyn!**

Vi vill gärna komma tillbaka till detta unika tävlingsområde igen.

Klädsel

Valfri klädsel. Större delen av alla banor går på asfalt/gatsten så skor utan metalldubb rekommenderas starkt.

Stämplingssystem

Elektronisk stämpling med SportIdents system används. SIAC med AIR+ är aktiverat, dvs SIAC kan användas med kontaktlös stämpling. Hyra av löparbricka 30 kr. Ingen uthyrning av SIAC AIR+. Hyrbrickor lämnas tillbaka vid målgång.

Sprintregler

SOFT:s regelverk för sprintorientering gäller.

<https://www.orientering.se/utbildning/utbildningsarkiv/sprintregler-och-karttecken/>.

Det är förbjudet att passera branter som är markerade som oframkomliga enligt normen. Detsamma gäller staket, plank, murar som är markerade som opasserbara (tjockt svart streck) och tomtmark.

Det är alltid förbjudet att beträda planteringar även om det inte finns avgränsning med staket eller snitsel. Vegetation som är markerat med mörkgrön färg får inte heller passeras.

Överträdelse medför diskvalifikation. Det kommer finnas vakter längs banorna.

Lokala karttecken

x Lekredskap (Playground equipment)

Resultat

Rapporteras på liveresultat.orientering.se. Publiceras även på Eventor.

Banlängder, nummerlappar

Självservering vid start. Använd egna säkerhetsnålar.

Klass	Banlängd	Nummer	
H21E	2900 m	101-190	Ranking
D21E	2600 m	201-250	Ranking
H20E	2600 m	251-299	Ranking
D20E	2400 m	301-350	Ranking
H18E	2500 m	351-410	Ranking
D18E	2200 m	451-499	Ranking
H21	2500 m	501-650	
D21	2300 m	651-770	
H16	2300 m	801-870	
D16	2100 m	901-970	
H14	2000 m	1001-1080	
D14	1900 m	1101-1180	
H12	1700 m	1201-1280	
D12	1700 m	1301-1370	
H45	2400 m	1401-1550	
D45	2100 m	1601-1710	
H55	2200 m	1901-2050	
D55	1800 m	2101-2199	
U2	1300 m	Inga	
Medelsvår	2200 m	Inga	
Para	1200 m	Inga	

Notera att längderna avser fågelvägen. Ny standard påbjuder att mäta kortaste löpvägen. I en övergångsperiod är båda metoderna godkända.

Startprocedur

HD21E, HD20E och HD18E (tidsstart, EJ startstämpling)

Tre minuter före start sker upprop i startfällan. Detta är den s.k. "gå-fram"-tiden.

HD21, HD45, HD55, (startstämpling)

Tre minuter före start sker upprop i startfällan. Start sker på angiven starttid. Startstämpling sker ca 2 m efter starten. Kartan tas efter ytterligare ca 3 m.

Ungdomsklasser HD16, HD14, HD12 (tidsstart, EJ startstämpling)

Tre minuter före start sker upprop i startfållan. Detta är den s.k. "gå-fram"-tiden. Kartan får ses 1 minut innan tidsstart. Gäller dock inte HD16 som får ta kartan i startögonblicket.

Ingen startstämpling.

Ungdomsklass U2 (fri start, startstämpling)

Fri starttid mellan 18.30-19.30 och tillåten ledarhjälp på banan. Startstämpling.

Öppen klass Medelsvår (fri start, startstämpling)

Fri starttid mellan 18.30 och 19.30. Startstämpling

SIAC AIR

Information om SIAC AIR+ stämpling:

Kontaktlös stämpling aktiveras vid stämpling i check. Med aktiverad AIR+ kan även startstämpling ske kontaktlöst.

Kontaktlös stämpling avaktiveras vid stämpling i målenhet

Målgång

Målstämpla vid målenheten framför speakern. Därefter ska löparbrickan avläsas av målpersonalen. Hyrd bricka återlämnas.

Även löpare som bryter tävlingen måste passera målet och läsa av löparbrickan.

Kontroller

Träbockar med orange-vit nylonskärm. Stämplingsenhet SportIdent med kodsiffra på ovansidan. Kontrollera kodsiffran. Kontrollerna skall tas i rätt ordning.

Publikkontroll

Löparna passerar på banan väster om/i direkt anslutning till Arenan

Kontrolldefinitioner

Lösa definitioner finns vid starten. Definitionerna finns även tryckta på kartan, både de med skala 1:3000 och 1:4000.

Kartutlämning

Kartan får behållas efter målgång. Visa inte kartan för tävlande som ännu inte startat - det är en förtroendefråga, Fair Play.

Anmälan

Ordinarie anmälan sker via Eventor fram till onsdagen den 7:e maj kl 24.00.

Efteranmälan/ direktanmälan

Efteranmälan/direktanmälan kan göras torsdag 8/5 - söndag 11/5 via Eventor samt på arenan kl 17-19 på tävlingsdagen den 14/5.

Anmälningssavgift	Ordinarie avgift ungdom 80 kr, vuxna 150 kr. Efteranmälan och direktanmälan i åldersklasser: Ungdom 120 kr, vuxna 225 kr. Efteranmälan och direktanmälan i Medelsvår och U2: Ungdom 80 kr, vuxna 200 kr. Anmälan för ej klubbanslutna löpare kan göras på följande länk https://forms.gle/Lx2frVJLcPDzJbde8 t.o.m. söndagen före tävlingsdagen eller på arenan på tävlingsdagen.
Servering	Välsorterad servering finns i anslutning till arenan. Det kommer finnas varm soppa, varm toast och varmkorv, samt även kaffe med hembakad kladdkaka och bullar.
Sportförsäljning	Ingen sportförsäljning denna etapp.
Toalett och dusch	Toaletter finns i anslutning till arenan. Inga duschmöjligheter finns.
Prisutdelning	Prisutdelning sker endast för det sammanlagda resultatet efter tre etapper. Inga etapp-priser delas ut. Inga priser i Medelsvår, Para och U2.
Regler inför finalen	Jaktstart genomförs för deltagare i klasserna H21E, D21E, H20E, D20E, H18E, D18E, H16, D16, H14 och D14 som ligger max 8 min efter ledaren efter två etapper. Löparen med bäst sammanlagd tid startar först. Övriga klasser har individuell start.
Tävlingsledning	Etappansvarig: Henrik Persson, Sundbybergs IK Banläggare: Joakim Skantze, Sundbybergs IK Tävlingsansvarig: Olle Blomgren, OK Södertörn
Information/hemsida	stockholmcitycup.se

Varmt välkomna till Stockholm City Cup!

