



PM

CENTRUM TEAM SPRINT

Fredag 16 maj 2014
Skarpnäck

Mycket varmt välkomna till årets Centrum Team Sprint som denna gång går vid Skarpnäck. Som vanligt består tävlingen av en parstafett där varje person springer två sträckor var. Centrum Team Sprint har alltid genomförts på soliga dagar och SMHI lovar sol och en fin vårkväll även på fredag!

Klasser	Sträcka 1	Sträcka 2	Sträcka 3	Sträcka 4	Starttid
Herr	3,4 km	2,3 km	2,3 km	3,4 km	18:40
Dam	2,7 km	1,8 km	1,8 km	2,7 km	18:30
Mix	3,4 km	2,3 km	2,3 km	3,4 km	18:20
HD20	1,2 km	1,1 km	1,1 km	1,2 km	18:00
D24	1,4 km	1,2 km	1,2 km	1,4 km	18:00
H24	1,4 km	1,2 km	1,2 km	1,4 km	18:10
D28	1,4 km	1,5 km	1,5 km	1,4 km	18:00
H28	1,4 km	1,5 km	1,5 km	1,4 km	18:20
D32	1,7 km	1,8 km	1,8 km	1,7 km	18:10
H32	1,7 km	1,8 km	1,8 km	1,7 km	18:30
HD90	2,7 km	1,4 km	1,4 km	2,7 km	18:10
HD110	1,7 km	1,4 km	1,4 km	1,7 km	18:00
Motion:	1,7 km	1,2 km	1,2 km	1,7 km	18:00

Start, växling och målgång sker vid Skarpnäcks IP. Snitsling till startpunkten: ca 50 m. Inpassering till start ska ske senast 5 minuter före start. Vid inpassering till startfälla skall brickan tömmas och checkas.

Samling och TC

TC är förlagd på gräset vid Gamla hundkapplöpningsbanan på Skarpnäcks IP, ca 800 meter från Skarpnäcks tunnelbana. Snitslat från tunnelbana till TC.

Kollektivtrafik och bil

Eftersom Centrum OK är en kollektivtrafik-främjande klubb uppmanas alla deltagare att i möjligaste mån ta sig till och från tävlingen till fots, per cykel eller med kollektivtrafik (tunnelbana eller buss till Skarpnäck). Begränsat med parkering finns i anslutning till Skarpnäcks IP samt i parkeringshus i centrala Skarpnäck. Obs: Centrum OK arrangerar ingen egen parkering och eftersom idrottsparkeringen även nyttjas av fotbollen finns stor risk att den blir full.

För resor inom Stockholms län gå till www.sl.se, resor från andra delar av Sverige: www.resrobot.se. Åk gärna kollektivt eller samåk!

Efteranmälan

Mot 50% högre avgift senast onsdag 13 maj kl. 23.59. Observera att efteranmälda lag kan få kartor utskrivna på vanlig skrivare. Eventuella namnbyten görs via e-post senast 13:e maj kl 23:59 till tavling@centrumok.se.

Maxtid

För alla klasser gäller att sistasträckslöparen måste ha hunnit ut på sin sträcka innan 20:00. Ca 20:30 avslutas trävlingen och kontrollerna börjar plockas in. Deltagare som fortfarande är ute på banan uppmanas då att omgående ta sig tillbaka till mål.

Tävlingsprocedur och stämplingssystem

- Varje lag består av två löpare som springer två sträckor var, sammanlagt springer laget fyra sträckor.
- Den löpare som springer sträcka 1, springer även sträcka 3. Andra lagmedlemmen springer sträcka 2 och 4.

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. Eventuella ändringar i laguppställningarna måste göras senast onsdagen den 13 maj kl 23:59 via tavling@centrumok.se.

Varje löpare springer med egen SI-pinne som används på båda sträckorna (1+3 alt. 2+4). SI-pinnen skall tömmas före 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!

Vid kontrollerna

Det är varje löpares eget ansvar att säkerställa att du får både ljud- och ljussignal vid kontrollerna.

Växling

Vid varje växling målstämplar löparen på mållinjen (vid målgång på sista sträckan används dock måldomare och målstämplingen sker då efter målgång). Inkommande löpare lämnar sin karta till målpersonalen och växlar genom att ta en ny karta vid växlingsplanket och lämna över den till nästa löpare. Var noga med att ta rätt nummer på kartan!

Gaffling förekommer i samtliga klasser utom HD20, H24, D24, H28, D28 och Motion.

Nummerlappar

Nummerlappar för alla lag finns upphängda intill startområdet (utom för klubblösa, se nedan!). Varje lag ansvarar själva för att hämta sina nummerlappar med rätt startnummer. Var ute i GOD TID, det är risk för köbildning.

Nummerlapparna ska bäras väl synliga på bröstet. Arrangören tillhandahåller **inte** säkerhetsnålar.

Obs! Personen som springer sträcka 1+3 bär nummerlapp med vit bakgrund och personen som springer sträcka 2+4 bär nummerlapp med svart bakgrund.

Hyrpinnar

Hyrpinnar tilldelas alla som anmält sig utan att ange SI-pinne. Dessa lag hämtar sina hyrpinne i sekretariatet senast 17:45. Kostnad för hyra av SI-pinne är 25 kr. Ej återlämnad pinne debiteras med 350 kr.

Klubblösa personer

Personer utan klubbtilhörighet, eller som tillhör utländsk klubb, hämtar ur sin nummerlapp hos sekretariatet innan 17:45, samt betalar sin anmälningsavgift kontant.

Motionsorientering med direktanmälan

Utöver stafettklasserna finns tre individuella motionsklasser för direktanmälan.

Klass	Banlängd	Svårighetsgrad	Avgift, vuxen	Avgift, ungdom (upp till 16 år)
ÖM 2	1,8 km	Vit	100 kr	50 kr
ÖM 5	3,1 km	Orange	100 kr	50 kr
ÖM 8	4,0 km	Blå	100 kr	50 kr

Medlemmar i svenska orienteringsklubbar kan få avgiften på faktura till klubben i efterhand. Övriga betalar kontant. Fri start mellan kl 18.00-19.00. Anmälan öppnar 17.30. Starten för öppna klasser ligger i anslutning till TC, följ skyltning. Du startstämplar själv vid den tid du vill, såvida du inte av funktionär uppmanas att vänta då någon av starterna går i stafetten.

Deltagarservice och informationsdisk

Finns på TC i sekretariatet. 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 efter sista målgång. Speakern annonserar när kartorna är redo att återlämnas.

Regler

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

Klädsel

I enlighet med SOFT:s tävlingsregler ska kläderna vara heltäckande. Orienteringsskor med metalldubb är tillåtet men rekommenderas inte på stadsbanorna pga övervägande del asfaltsunderlag.

Omklädning/dusch och toaletter

Omklädningsrum och dusch finns i direkt anslutning till TC. Dock begränsad kapacitet (endast ett omklädningsrum herr och ett dam). 3 st toaletter finns i anslutning till TC vid omklädningsrummen och fler finns tillgängliga vid huvudbyggnaden på IP.

Karta

Sprintkarta ritad 2014, skala 1:4 000, ekvidistans 2,5 meter. Kartan är ritad efter sprintnorm ISSOM2007 som har en del karttecken som inte finns på traditionella kartor. Gör er bekanta med dessa innan start och/ eller läs mer om sprintnormen på: www.orientering.se/Arbetsrumovriga/Arbetsrumkartor/Karta/Kartnormen/Sprintnormen/ . Alla kartor A4 utom Herr och Mix sträcka 1 och 4 som har A3.

Lokala karttecken

Diskgolfhål markerad med X och stor lekställning markerad med svart ring.

Terrängbeskrivning

Halvöppen kvarterstad med passager över bostadsgårdar och genom hus. Skogspartier består av mestadels lättlöpt närskog men med vissa mer kuperade partier. Inne i bostadsområdet mellan husen vill vi uppmana till försiktighet för att undvika krockar med andra tävlande och boende.

Förbjudna områden

All grönmarkerad tomtmark är som vanligt förbjudet område. Observera att det enligt sprintnormen också finns andra objekt som det inte heller är tillåtet att passera, såsom staket och branter ritade som opasserbara. Under byggnader i ljusgrå färg på kartan är det dock tillåtet att passera. Vakter kommer finnas ute i området.

Trafiksituation

Alla banor passerar trafikerade vägar i Skarpnäck. Trafiken i området är sparsam och hela området är 30-skyllat med övervägande del återvändsgator utan parkerade bilar. På Skarpnäcks Allé trafikerar SL med lokalbuss. Vi kommer sätta upp tillfälliga skyltar "orienteringstävling pågå" och ha trafikvakter utplacerade vid övergångar som berör ungdomsklasserna HD20, HD24 och HD28. I övrigt vill vi trycka på normalt trafikvett och uppmärksamhet vid passager av vägar. Tävlingen genomförs utan separata avspärningar och tänk på att hänsyn och uppmärksamhet alltid är viktigare än tävlingsmomentet!

Kontroller och kontrollbeskrivningar

Kontrollerna är märkta med skärm och stämplingsenhet. De är placerade på stativ eller träbock. I vissa partier sitter kontrollerna tätt, kontrollera kodsiffrorna noga! Kontrollbeskrivningarna är tryckta på kartan och kodsiffrorna är även tryckta vid kontrollnumret intill ringen.

SportIdent-version

Tävlingen nyttjar StOFs SportIdent-utrustning som skall vara uppgraderad till senaste mjukvara och därmed stödja SportIdent 9, 10 och 11. Detta har dock inte testats specifikt av arrangören.

Speakerbevakning

Speakern kommer framförallt att bevaka herr- och damklasserna. I mån av tid även övriga klasser.

Live-resultat

Om allt klaffar har vi liveuppdaterade resultat på internet under tävlingen. Adressen är <http://centrumok.se/live> .

Resultat kommer upp på TC, CTS hemsida och på Eventor.

Prisceremoni

Priser delas ut när klasserna är avslutade. Priser delas ut i samtliga klasser: i herr-, dam-, mix- och veteranklasserna ges pris till segrarna, och i vissa fall andraplacingarna. I samtliga ungdomsklasser delas det ut priser i enlighet med Stofs normer.

Marka

Marka finns på TC. Här finns korv, kaffe, fikabröd mm.

Sjukvård

Sjukvård finns på TC. Kontakta deltagarservice för att hitta rätt.

Viltrapport

Kontakta deltagarservice om du stöter på vilt i skogen.

Huvudfunktionärer

Tävlingsledare: Joel Berring, 070-7493666

Banläggare: Daniel Lennartsson

Bankkontrollant: Henrik Persson, Tullinge SK

Kartritäre: Martin Lerjen, Centrum OK på uppdrag av Nackareservatets kartgrupp

Sekretariat: Jakob Skogholm

Speaker: Jerk Rönnols

VARMT VÄLKOMNA TILL CENTRUM TEAM SPRINT 2014!