



SM SPRINT – individuella kvaltävlingar söndag 28 juni

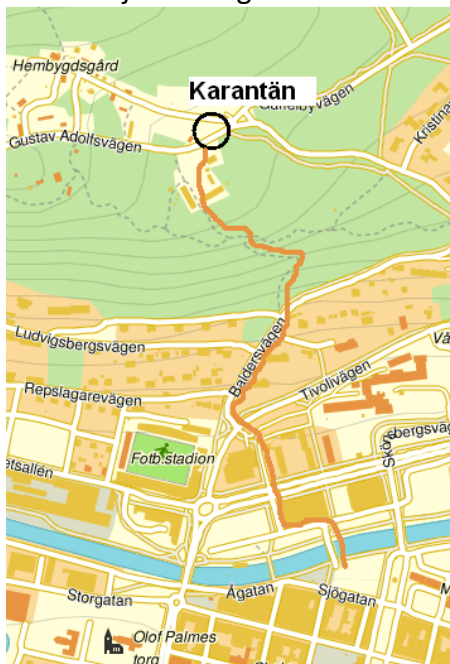
PM

Samlingsplats för tävlande

Dansbanan i Sundsvalls Stadspark, Norra stadsberget koordinater: N62°23`56.8", E17°18`7.7"

Det går inga reguljära bussturer upp till stadsparken. Enklast tar man sig till fots från Navet (buss stationen i centrum) via den långa trappan. Ca 1500 m. Se nedan.

Från Sidsjö hotell går buss nr 3 till Navet.



Karantänen

Karantänen öppnar 9.00.

Max avstånd till P 500 m. Här finns tak över huvudet på dansbanan och i ett tält samt uppvärmningsyta i anslutning därtill. Toaletter i närheten.

Enklare marka med endast kontant betalning. Tillgång på vatten.

Deltagarkuvert hämtas i samband med registrering i karantänen. Innehåller nummerlapp, märklapp för bagage och matbiljetter för söndagens och tisdagens tävlingar.

Hyrpinne hämtas vid registreringen.

Alla löpare ska finnas på plats i karantänen senast kl 10.00, då första start går och får inte besöka Arenan före start.

Ledare får vistas i karantänen samt följa med till förstarten, men om vederbörande därefter besöker arenan är det inte tillåtet att återvända till karantänen eller förstarten.

Elektronisk utrustning som telefon och dator får inte användas av löpare eller ledare inom karantänen.

Inga klubbält i anslutning till karantänen.

Upprop och avprickning ca 30 minuter före tidstart.

Deltagare ansvarar för att märkt bagage lämnas på angiven plats. Hämtas i tält vid målet liksom överdragspåsen.

Stämplingssystem

SI card 5, 6, 9, 10, 11 används vid de individuella tävlingarna.

Förstart

Är belägen 1800 m från karantänen. Orange/vit snitsel längs gångstigar och vägar huvudsakligen medlut. Avvikelse från snitsel ej tillåten. Beräknad tid för jogging 20 minuter. Toalett finns. Yta för uppvärmning. Överdragskläder och tomma vattenflaskor läggs av löparen i en egen mindre plastpåse som märks med ett färgat band. Den hopknutna påsen läggs på anvisad plats klassvis och fraktas till arenan av arrangör.

Vid ankomst till förstart sker tömning av SIcard. 5 minuter före tidstart sker upprop och check av SIcard.

Sen start tillåts med högst 5 minuter efter ordinarie starttid förutsatt att löparen kan slussas in utan att störa andra tävlande.

Tidstart

Sedvanlig tidstart i tre minutersintervall. Vid minut två tar löparen kontrollbeskrivningen i storlek 55x160 mm. Ingen kontrollbeskrivning på kartan. Vid minut tre gå fram till kartan. Starta på signal från startklockan.

Karta

Enligt ISSOM 2007 i **skala 1:5000** med 2 m ekvidistans. Reviderad 2015. Kartritare Nils-Göran Olsson.

X på kartan representerar lekställning eller monument.

Terrängbeskrivning

- Terrängtyp:** Banorna är lagda i tätbebyggt område med övervägande löpning på väg, gång- och cykelbanor.
- Kupering:** Övervägande svag kupering men avsnitt med kupering förekommer.
- Underlag:** 15 % av löpsträckan beräknas ske på gräsunderlag och max 10 % på underlag med mer ojämn karaktär exempelvis passage av trädbevuxta områden.
- Trafik:** Övervägande svagt trafikerade bostadsområden. Vid passage av mer trafikerad väg sker detta på anvisad plats med trafikvakter.
- Temporära staket:** Av arrangören utsatta staket kan förekomma. Dessa markeras på kartan med tecken för opasserbart staket.
- Förbjudet område:** Förbjudet område markeras på kartan enligt sprintnorm. Vid tveksamhet markeras förbjudet område med blå-gul snitsel.

Starttider, nummerlappar, banlängder, finalplatser

En löpare från varje heat i respektive åldersklass startar samtidigt med en minuts mellanrum. Det kommer att finnas 40 A finalplatser i varje åldersklass. De bästa från alla heaten placeras in i omvänd ordning så att löpare med de bästa tiderna startar sist i finalen. Övriga löpare startar i klassvisa B finaler.

Klass	Första start	Banlängd	Antal kontroller	Startnummer
D18	10.00	2400 m	15	501-600
H18	10.00	3100 m	18	401-500
D20	10.40	2500 m	15	301-400
H20	10.40	3100 m	19	201-300
D21	11.20	2600 m	18	101-200
H21	11.20	3300 m	19	1-100

Klädsel

Inga krav på heltäckande klädsel. Skor med metalldubb kan användas men rekommenderas inte. Spikskor är förbjudna.

Kontroller

Kontrollställningar består av bockar eller spjut och är försedda med två Sportidentenheter och skärm. Kontrollkoden står på enheterna. Kontrollerna är bevakade. Löparen ansvarar för att få en giltig registrering i SI brickan.

Målgång

Målstämpling på mållinjen. Löpare går därefter till utstämpling. Överdrag och bagage finns i anslutning till denna. Arenan är belägen alldeles norr om Sporthallen koordinater: N62°23'39.2", E17°17'27.0".

Regler

SOFTs tävlingsregler för sprintorientering gäller tillsammans med detta PM. Tecken 714 för t ex tillfälliga byggkonstruktioner typ uteservering är markerade med lila transparent färg och får inte beträdas av löparen.

Överträdelse av snitsel eller passage genom lila område innebär diskvalifikation.

Kontrollanterna har uppsikt över detta.

OBS att godkänd kvältävling är en förutsättning för deltagande i den individuella finalen.

Maxtid

Maxtiden är 30 minuter i alla klasser.

Vätska

Vatten finns i karantänen, vid förstarten och vid mål.

Dusch

Följ blå-vit snitsel till dusch i Utvecklingscentrum 500 meter västerut.

Sjukvård

Finns på arenan.

Servering och fältmåltid

Markan erbjuder drycker, smörgåsar och kaffebröd. Endast kontant betalning.

Fältmåltid söndag hämtas i markan mellan kl 11 och kl 14.

Uppvisa giltig biljett som finns i deltagarkuvertet

Resultatlistor

Presenteras klassvis på skärmar i ett tält på Arenan. Efter avslutad tävling i Eventor.

Livestreamat ljud via www.smveckan.se.

Startlistor

Till dagens kval finns i Eventor samt anslås i karantän, vid förstart och på Arenan.

Startlistor till de individuella finalerna publiceras i Eventor och på www.sundsvallsok.se

Senast kl. 9.00 måndag 29.6

Återbud

Alla som inte avser att starta ska snarast lämna återbud till jorgen.blasta@gmail.com

Tel. 070-535 55 08

Parkeringar

Gratis P finns i anslutning till samlingsplatserna söndag fm och tisdag. I övrigt hänvisas till kommunens parkeringar enligt anvisningar på SM tävlingarnas hemsida. Oftast avgiftsbelagda. Parkeringshusen CityP och Balders ligger mycket nära arena Torget.

Kring Himlabadet och Sporthallen är det relativt gott om P platser.

Jury

Utses av SOFT. Namn meddelas senare. Klagomål lämnas till tävlingssekretariatet.

Kontakter

Hemsida:	www.smveckan.se och www.sundsvallsok.se
Tävl ledare:	Helene Cardell 070-309 99 91
Bitr. tävl ledare:	Ove Boström 070-602 49 10
Banläggare:	Tobias Eliasson 070-235 85 90 Anders Hultgren Roger Hugosson Sara Timner
SOFT ansv:	Tommy Eriksson 070-576 02 67
SOFT Arr coach	Per Forsberg 0733-20 68 80
Tävl kontroll	Jon Flordal 070-689 65 05
Kartkontroll	Sven Lundbäck, Gävle OK, 070-284 48 46
Sundsvalls OKs kansli	060-12 53 76

Välkomna hälsar

*Njurunda OK - Selånger SOK - Sundsvalls OK - Timrå SOK
Svenska Orienteringsförbundet och RFs SM vecka i Sundsvall*

