Stockholm Indoor Cup 2016

-Världens största inomhusorientering!

PM

Stockholms Inomhusorienterare, i samarbete med Fredrika Bremergymnasiets orienteringsakademi, välkomnar alla till den fjärde upplagan av Stockholm Indoor Cup: Större än någonsin förr!

Tävlingsområde etapp 1, lördag 6 februari: Midsommarkransens gymnasium, Tellusborgsvägen 10: http://kartor.eniro.se/m/1KmOe. Kollektivtrafik rekommenderas! Tunnelbana till Midsommarkransen station, därifrån 500 m promenad. Snitslat från den södra uppgången i tunnelbanan mot Svandammsvägen. Mycket begränsat med parkering (ca 50 platser) finns runt Brännkyrkahallen, som ligger precis bredvid skolan. Därefter hänvisas till parkering på närliggande gator enligt gällande bestämmelser. Vägvisning med orienteringsskärm vid korsningen Kilabergsvägen/ Hägerstensvägen samt vid Södertäljevägen/ Tellusborgsvägen, i övrigt ingen vägvisning.

All ingång till gymnasiet måste ske genom huvudingången, övriga dörrar kommer att vara låsta.

Tävlingsområde etapp 2, söndag 7 februari: Sturebyskolan, Bastuhagsvägen 20: http://kartor.eniro.se/m/CNfXu. Tunnelbana till Stureby station, därifrån ca 800 m promenad. Snitslat från stationens enda utgång. För bilresenärer finns vägvisning i form av orienteringsskärm vid korsningarna Örbyleden/ Skönsmovägen samt Örbyleden/ Bastuhagsvägen. Observera att här finns **inga** parkeringsplatser vid skolan, utan all parkering får ske på närliggande gator enligt gällande regler. Därför finns inte heller någon mer vägvisning utan endast skärmar i dessa två korsningar. Ett alternativ kan vara att parkera på södra sidan om Örbyleden också. Kollektivtrafik rekommenderas!

All ingång till skolan måste ske genom huvudingången, som ligger på norra sidan av skolan på adress Bastuhagsvägen 20. Övriga dörrar kommer att vara låsta. I skolan råder totalt skoförbud mot ytterskor, därför måste ytterskor tas av redan vid ingång till skolan och sättas på igen först när ni lämnar tävlingen. Plastpåsar att stoppa skor i kommer att tillhandahållas.

Genomförande: Två etapper på två dagar där en vinnare (Sveriges bästa inomhusorienterare?) med den bästa totaltiden utses i varje klass (gäller ej SIC Motion lätt/svår samt U2). Deltagare som deltar endast en etapp kan alltså inte bli SIC-mästare.

Efteranmälan: Till 50 % förhöjd avgift fram till och med onsdag den 3:e februari 23:59. Kan ske endast i de startgrupper som inte är fulltecknade (max 50 per startgrupp och klass, max 250 startande per timme)

Direktanmälan: Direktanmälan är möjlig till klasserna SIC Motion lätt, SIC Motion svår samt U2. Antalet direktanmälningar är i mån av karttillgång. För att säkra möjligheten att få springa, anmäl dig istället i förväg via Eventor! Avgift per etapp 130 kr/ vuxna, 75 kr/ barn.

Start: Första start 10.00. Starten ligger någonstans i närheten av arenan (max 50 m) men kan inkludera ett eller flera våningsbyten för att komma fram! Start sker med starttid (utan startstämpling) i samtliga klasser utom motionsklasserna samt U2. Gå-fram-tid 3 minuter, som på vanliga tävlingar alltså. Ungdomsklasserna (12 och 14) får titta på kartan 1 minut innan start. Fri start kan ske mellan 10.00 och 13.00. Klubblösa och tävlande från utländska klubbar måste betala på plats innan start, annars kommer start att nekas!

Stämplingssystem: Sportident, alla varianter går bra att använda (SIAC kan användas men inte touch-free-funktionen). Hyra av SI-bricka 30 kr, hämtas i tävlingsinformationen. Glöm inte att lämna tillbaka pinnen, ej återlämnad bricka debiteras med 400 kr.

Regler och karta: Nyritade kartor 2015-2016 av David Hector, Emil Wipp och Assar Hellström. Kartan är skalenlig men vi vet inte till vilken skala. När du springer märker du hur fort det går ☺. Till i år har ett antal förändringar gjorts i kartnormen, se separat dokument med regler. **Läs igenom separat dokument på Eventor för all information kring regler och kartorna.** Dokumentet kan ses som en del av PM och ingår alltså i tävlingsreglerna. Söndagens område är stort, och trots att vi har gjort det vi kunnat kan kartan upplevas som svårläst för vissa. Ta med kartlupp om du känner dig osäker!

Kartorna ligger inte i plastfodral, ta med själv om du önskar detta (kartan blir inte blöt, så risken för att den går sönder är liten). Storleken är A3 på både lördagen och söndagen för samtliga klasser. Definitioner finns endast lösa (men kan häftas fast på kartan för de som önskar)

Klädsel och utrustning: Endast rena skor (för inomhusbruk) är tillåtna, noggrann kontroll kommer att ske. Dobb- och dubbskor är totalt förbjudna, även skor med plastdobb! Heltäckande klädsel behövs inte!

Kontroller: Kontrollerna är markerade endast med SI-enheter. På flera ställen sitter kontrollerna mycket tätt, ibland så nära som 5 meter ifrån varandra. Kolla därför kodsiffran mycket noggrant! Kontrolldefinitioner finns endast lösa (häftapparat finns). Observera också att vissa banor har upp mot 29 kontroller, så om du har SI-card 5 (den gamla röda), se till att inte stämpla i kontroller som inte är dina då minnet kan ta slut (och därmed blir du ej godkänd).

Banläggarnas ord:
Etapp 1, Midsommarkransens Gymnasium:
Årets första etapp i Stockholm Indoor Cup kommer avgöras i en klassisk gymnasiemiljö med långa korridorer som utsmyckas av 100-tals skolskåp längs väggarna. I centrum ligger en stor ljushall där både arenan och flertalet varvningskontroller kommer äga rum. Det blir en etapp i många våningsbyten, och slalom-löpning, för att inte avslöja för mycket.
Vissa passager kan upplevas väldigt trånga så visa hänsyn till andra löpare, och speciellt till de mindre. Vi hoppas på en ärlig tävling så respektera alla avspärrningar som är absolut förbjudna att passera, dessa är där för att få till klurigare och mer utmanande banor.

Etapp 2, Sturebyskolan:
Etapp 2 har en mer varierad karta och löparen kommer få utmana både sitt vägvalsbedömande, sin finorientering och sin stresstålighet. Även här kan vi utlova god sikt från arenan till de tävlande då varvning vid arenan kommer ske inte bara en eller två gånger. Kontrollerna på den här etappen sitter otroligt tätt så ha koll på kodsiffran! Även denna etapp finns det en hel del avspärrningar, vissa i trapporna, vilket är absolut förbjudna att passera!
Då Sturebyskolan är en skola för 6-15 åringar finns här allt möjligt, både klassrum med lego, lekrum med kuddhögar och labbsalar. Vi hoppas denna variation förhöjer tävlingsupplevelsen! Men ha respekt för alla tävlande och saker som finns i klassrummen, vi vill fortsätta att ha ett gott rykte som orienterare.
Banläggare Assar och Alice hälsar er varmt välkomna in i värmen till SIC 2016!

Service på arenan: Speaker och liveresultat, med radiokontroller och kanske något extra. Kanske de mest publikvänliga arenorna någonsin- med möjlighet att se löparna flera gånger under banan. Välsorterad servering med både matiga och söta alternativ, och givetvis gott om dricka. Direktanmälan. Som betalningsmedel accepteras kort, Swish och kontanter.

Toaletter finns 20 st på lördagen, samlade ungefär vid startplatsen. På söndagens etapp finns cirka 10 toaletter utspridda över arenan, se arenaskiss. Tyvärr erbjuds ingen dusch på någon av etapperna.

VARNING: Det är oundvikligt med snäva hörn, smala trappor och mötande löpare flera gånger under banan. I och med det höga deltagarantalet kommer det också att vara trångt på vissa ställen. Det kommer att finnas vakter som hjälper till, men använd sunt förnuft, **ta det lugnt framför allt runt snäva hörn.** Vi vill ha en rolig tävling för alla! Flera trappor kommer att ha mycket hög belastning, därför gäller högertrafik i trapporna. Håll till höger så går det smidigast för alla!

Inomhusspeciellt: Både Midsommarkransens gymnasium och Sturebyskolan är kameraövervakade. Genom att springa godkänner du att du blir filmad.

Vi är gäster i lokalerna och vi vill gärna att vi ska kunna fortsätta att kunna arrangera SIC. Därför ber vi er att ha respekt för lokalerna och ta det lugnt så att ingenting förstörs. I vissa delar av skolorna är det mycket lösa saker (framför allt på söndagens etapp), vänligen ta det försiktigt så att ingenting förstörs. Om ni har ner något från en hylla, vänligen lägg tillbaka det på samma plats, eller, om det går sönder, meddela närmaste funktionär. Detta är jätteviktigt! Ni blir ersättningsskyldiga, så ta det lugnt!

I och med det höga deltagarantalet kan det bli trångt både i ”terrängen” och på arenorna. Det bör inte vara något problem, men skulle det bli det ber vi er ha överseende med detta. Ta det lugnt och orientera rätt istället ☺.

Långpass: Se separat PM på Eventor. Tyvärr har vi inte fått tag på omklädningsrum och dusch, utan detta får ske på arenan!

Prisutdelning: Inga etappriser, totala priser delas ut till de främsta i samtliga klasser (utom motionsklasserna och U2). Prisutdelning sker så fort söndagens etapp är avslutad, cirka 14.00 på scenen. Om pristagaren har åkt hem pga tidig start skickar vi priset med post. I U2 delas lottade priser ut direkt efter målgång.

Tävlingsledare och kontakt: David Hector 070- 437 65 81
Banläggare: Assar Hellström och Alice Törnlund

Frågor besvaras även via mail till info@stockholmindoorcup.se

Stort tack till vår sponsor, Lalle Idrott och Resor!

Välkomna!

Lalle
Idrott och Resor

Häng med på årets roligaste kavle: Ungdomens Jukola i Finland! Se mer på www.lalle.nu!

SIC
Stockholm Indoor Cup
2016

#sic16