



PM för Orienteringstävlingen Inomhustrampen

Fredag 1 april 2016
Distriktstävling i inomhusorientering med start från kl. 14:00

Samlingsplats

Kyrskolan Ludvika, Högbergsgatan 19
<http://www.hitta.se/kartan?s=b3d7ff49>

Parkering/Transport

Tävlande hänvisas till ordinarie parkeringsplatser, se parkeringsskiss. För den som reser kollektivt är det omkring 700 m att gå från Ludvika station

Stämplingssystem

Sportident. Hyra av löparbricka 30 kr. Borttappad hyrbricka debiteras klubben med 350 kr.

Klasser

Klass	Banlängd	Klass	Banlängd
Damer	2 300 m	ÖM3	2 300 m
Herrar	2 300 m	ÖM2	1 400 m
D16	1 400 m	ÖM1	1 400 m
D12	1 400 m	U2	900 m
H16	1 400 m		
H12	1 400 m		

Ovanstående banlängder är beräknade i banläggningsprogrammet och avspeglar inte nödvändigtvis den verkliga längden på banan.

Kontroller

Kontrollerna är markerade endast med SI-enheter, inga skärmar! I flera rum sitter kontrollerna tätt så kolla därför kodsiffran mycket noggrant! Kontrolldefinitioner finns endast lösa (häftapparat finns). För beskrivning av kontrolldefinitionerna se dokumentet "Kontrollbeskrivningar" (png).

Direktanmälan

Direktanmälan till utvecklingsklass (U2) samt till öppna motionsklasser på tävlingsdagen mellan klockan 13:30 och 14:45.
Anmälningavgift är 40 kr för ungdom , och 60 kr för vuxna.

Start

Första start kl. 14:00. Fri intervallstart med 1 minuts startmellanrum för tävlingsklasser och fri starttid för motionsklasser och U2 mellan kl. 14 och 15. (Ta kontakt med tävlingsledare vid försening.) Startpunkt är markerad med skärm.

Karta

Karta för inomhusorientering ritad 2016 av Jakob Wedman i skala 1:700. För exempel på hur kartan är ritad se dokumentet "Kartexempel" (pdf). Kartan, och kontrolldefinitionerna, är inte orienterad mot norr men däremot finns en tydlig nordpil för den som vill använda kompass.

Alla trappor i samma trapphus har samma bokstav och samma färg för att underlätta kartläsningen. Den del av trappan som innebär våningsbyte är dessutom färgats med en färg. Pilen pekar uppåt i trappans riktning. Springer du i pilens riktning springer du uppåt.

Terrängbeskrivning	Skolbyggnad i 3-4 våningsplan. I den mellersta och högra delen av kartan består byggnaden av tre våningsplan: 1, 2 och 3. I den vänstra delen av kartan består byggnaden av fyra våningsplan då det utöver våningarna 1, 2 och 3 finns en våning mellan våning 1 och 2. Denna anges som våning 1,5.
Inomhusregler	Hela banan går inomhus. Det är inte tillåtet att springa utanför byggnaden. De dörrar som man får springa genom är öppna. Öppna dörrar är redovisade på kartan som en öppning i väggen. Det är förbjudet att öppna dörrar, det går att ta sig till alla kontroller ändå! Det finns ett antal förbjudna områden och hinder på kartan. Det är absolut förbjudet att springa igenom dessa. De förbjudna områdena kommer att vara markerade tydligt med heldragna snitslar. Det är förbjudet att passera blå-gul snitsel. Det är förbjudet att skaffa sig ”otillåten fördel” innan start. Detta kan innebära att titta på andras kartor, prata med andra om banan eller att gå runt i tävlingsområdet innan start. Även efter målgång är det inte tillåtet att besöka tävlingsområdet, förutom vid skuggning i U2 Ett bra tips är att hitta hur du ska springa, hela vägen, innan du ens börjar röra på dig! Det går fortare att gå rätt väg än att springa åt fel håll!
Varning!	Det är oundvikligt med snäva hörn, smala trappor och mötande löpare flera gånger under banan. Ta det lugnt framför allt runt snäva hörn. Håll till höger i smala passager och trappor. Vi är gäster i lokalerna och vi ber er att ha respekt för lokalerna och ta det lugnt 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.
Klädsel	Endast inomhusskor. Heltäckande klädsel är inte nödvändig.
Dusch	Dusch inomhus i Ludvika sporthall i anslutning till Kyrkskolan.
Försäljning	Enklare försäljning vid TC.
Tävlingsledare Banläggare	Jakob Wedman telefon 072-527 33 07, jakob.wedman@gmail.com Karin Wedman