

# PM Örebro City Sprint



## Söndag 26 juni 2016

Picture © World of O / <http://runners.worldofo.com/juliantent.html>

Vi hälsar alla hjärtligt välkomna till 3:e upplagan av Örebro City Sprint som i år även är ett **World Ranking Event (WRE)** med internationella elitklasser i M21 Elite & D21 Elite

Vi erbjuder liksom tidigare år spännande banor i centrala Örebro och denna gång i parker och kvarter i de södra delarna av stan. Tävlingsdagen bjuder på både en individuell **Sprintorientering** följt av en **Mixsprintstafett** med fyra deltagare.

Efter tävlingarna kan alla deltagare besöka ett av Europas modernaste upplevelsebad - **Gustavsvik** och få rabatt på entréavgiften, **100 kr** istället för **185 kr**.

Varmt välkomna!

**LOST CITY**  
ÄVENTYRET BÖRJAR HÄR!

### Samling

Tävlingsarenan är belägen i södra delen av cityskärnan i Drottningparken. Entré till arenan sker via Fabriksgatan och bäst söderifrån.

Det är gångavstånd från den parkering som är markerad på kartan (Tappstället).

[\[Kartlänk till tävlingsarena\]](#)



### Terräng

Fin sprintterräng med klassisk stadsbebyggelse och parkmark. Ni kommer att erbjudas många utmaningar i form av spännande vägval som kräver snabba beslut i hög fart.

PM, version 1.0, 2016-06-24

## Karta

Ritad 2015-2016 av Mats Carlsvärd, Almby IK enligt sprintnorm ISSOM 2007, svensk version 2010.

Godkänd av Svenska orienteringsförbundet för tävling, nivå 1.

Ekvidistans: 2 meter.

Kartskala: 1:4 000.

Samma kartskala och symbolstorlek för alla klasser.

Bra att veta om kartan:

- Meridianerna har blå färg.
- Lokalt tecken: Grönt kryss betyder liggande trästock
- Kontrolldefinition (specialtecken för rabatt)
- Observera att lekredskap på lekplatser INTE är redovisade med något lokalt tecken på kartan.



## Karta (forts)

### Redovisning av träd:

- Grön ring markerar stort träd, som har en diameter på minst 0,5 meter.
- Grön punkt markerar mindre, men ändå markant, träd. Träd som har en diameter på mindre än 0,2 meter redovisas inte med grön punkt.
- Om träd står nära varandra, i en dunge, redovisas inte de enskilda träden.
- Parkmark där det finns träd eller buskar är oftast ritade med gulprickade ytor på kartan. Gräsmattor där det inte finns några träd alls är ritade med täckande gul färg

### Ej passerbara murar och staket:

- Murar och staket som inte får passeras, även om det i praktiken är möjligt, är ritade med tjocka (0,4 mm) svarta streck. Passering av mur eller staket som ritats med tjockt svart streck medför diskvalifikation.



### Ej passerbara häckar och buskar:

- Vegetation som ritats med mörkgrön (svartgrön) färg får inte passeras, även om det i praktiken är möjligt. Passering av sådana häckar och buskage medför diskvalifikation.



### Förbjudna löpområden under tävlingen

Färger som markerar förbjudet område:

Olivgrön färg:



Tomtmark, blomrabatter och annan förbjuden mark.

Mörk, mörk grön färg:



Häckar och buskage.

Violett:



Uteserveringar och andra tillfälliga byggnadskonstruktioner. Det kan exempelvis röra sig om uteserveringar.

Violett-streckat:



Tillfälligt förbjuden mark. Mark markerad med vertikala violetta streck får inte passeras. På tävlingskartan finns exempelvis en livligt trafikerad gata som är markerad på detta sätt. Den gatan får bara passeras där övergång är markerad. Övergången är en gång- och cykelbro

Tänk också på att murar och staket som är ritade med tjocka svarta streck (0,4 mm) enligt sprintreglerna är förbjudna att passera - även om det faktiskt är möjligt.

På vissa ställen förtydligas opasserbarhet med blågul snitsel.

### Stämplings-system

**SPORTident.** Alla typer av löparbrickor kan användas utom SIAC (touchfree). Anmälda utan bricknummer tilldelas hyrbricka (30 kr). Borttappad hyrbricka debiteras med 400 kr.



### Parkering

För att tävlande inte ska vistas i tävlingsområdet före tävlingen hänvisar vi till allmänna parkeringar på gator och till parkeringar söder och väster om tävlingsområdet. Det finns närbelägen parkering omedelbart söder om tävlingsområdet (Tappstället).

Webblänk till parkeringar i Örebro city: <http://www.orebro.se/592.html>


### Tävlingsregler

**IOF Competition Rules** för WRE-tävling avseende klasserna **M21E & W21E**  
**SOFT:s** allmänna tävlingsregler samt anvisningarna för sprint-OL gäller för övriga klasser.

Fri klädsel får användas.

**Skor:** Spikskor, dubbskor och dobbskor är förbjudna! Använd joggingskor eller liknande.

Tävlande, funktionärer och åskådare deltar respektive medverkar på egen risk.

<b>Säkerhet</b>	<p>Observera att gator i centrala Örebro INTE är avstängda med anledning av tävlingen, och tävlande har <u>INTE</u> företräde i trafiken.</p> <p>Löparna är alltså som vilka andra trafikanter som helst och det är mycket viktigt att noga se sig för när gator, trottoarer och cykelbanor korsas.</p> <p>Det kommer att finnas tävlingsfunktionärer på känsliga platser i staden, men deras uppgift är inte att stoppa trafik för att ge löpare företräde. Deras uppgift är bara att varna löpare och andra trafikanter om farliga situationer uppstår.</p> <p>Det finns en del trånga passager med skymd sikt. Håll till höger även om det innebär ytterkurva.</p>
<b>Servering</b>	<p>Välsorterat marketenteri med kaffe, kaffebröd, smörgåsar, godis, dricka, korv och grillade hamburgare.</p> <div data-bbox="448 819 1315 965" data-label="Image">  </div>
<b>Serier</b>	<p>Tävlingen ingår i Almbys sommarsprintserie för samtliga tävlingsklasser.</p> <p>Webblänk till serien på Eventor: <a href="#">[HÄR]</a></p> <p>Tävlingen ingår även i <b>Löpex och Närkes Skogskarlarls ungdomsserie</b> för klasserna <b>HD12-HD16</b>. Endast resultat för löpare från Örebro län räknas i serien.</p> <p>Webblänk till serien på Eventor <a href="#">[HÄR]</a></p>
<b>Dusch/toalett</b>	<p>Dusch och toalett finns på arenan (inomhus i Sporthallen)</p>
<b>Sjukvård</b>	<p>Sjukvård finns på arenan.</p>
<b>Startlistor/ Resultat</b>	<p>Anmälan till tävlingen medför publicering av deltagande och resultat på Internet. Resultat och sträcktider publiceras på Eventor och WinSplits Online direkt efter tävlingen.</p> <p>Tävlingen kommer att finnas tillgänglig på Livelox direkt efter tävlingen.</p>

## Individuell Sprintorientering (förmiddag)

Klasser	Klass	Banlängd (m)	Klass	Banlängd (m)	Klass	Banlängd
	W21E	2940	M21E	3080		
	D21	2530	H21	2820	U2	1640
	D17-20	2530	H17-20	2900	ÖM1	1640
	D16	2350	H16	2720	ÖM5	2520
	D14	2120	H14	2410	ÖM7	3040
	D12	1900	H12	1900		
	D10	1840	H10	1840		
	D35	2520	H35	2900		
	D40	2410	H40	2760		
	D45	2230	H45	2720		
	D50	2120	H50	2520		
	D55	2060	H55	2350		
	D60	1830	H60	2230		
	D65	1730	H65	2060		
	D70	1640	H70	1830		
	D75	1640	H75	1730		

**Efteranmälan** Via Eventor senast **fredag** den **23 juni** klockan 23:59, mot 50 % förhöjd avgift.



**OBS! Anmälan till Elitklass kräver IOF-id vilken erhålls genom registrering på IOF Eventors hemsida: <https://eventor.orienteering.org/Register>**

### Anmälningavgift (ordinarie)

Elitklass M21E & W21W 270kr (WRE-status)  
 Vuxna: 130 kr. Ungdom t o m 16 år: 70 kr. Svenska klubbar faktureras i efterhand  
 Utländska löpare betalar kontant på tävlingsdagen (betalkort accepteras) eller i förskott enligt följande mottagaruppgifter:

**Betalningsmottagare:** (BIC Code): NDEASESS, (IBAN): SE57 9500 0099 6026 0659 7827

### Vakansplatser

5 vakansplatser lottas in i varje ungdomsklass. Vakanser tillsätts på tävlingsdagen fram till och med en timma innan första start. Tilldelning av platser sker kronologiskt.

### Motionsklasser

I klasserna Öppen Motion kan man anmäla sig på tävlingsdagen, s.k. "direktanmälan".

### Start individuell tävling (START-1)

Första ordinarie start är **klockan 11.00**. Efteranmälda startar först i respektive klass. Klasserna Öppen Motion har fri starttid 10.45–12.00.  
Avstånd till start: **ca: 1000** meter, orange/vit snitsel.

Lösa kontrolldefinitioner samt tryckta på kartan.

### Start WRE-klass (START-2)

Första start för WRE-klass är klockan 11:50  
Startfördelning sker efter IOF World Ranking list (160605) där bäst rankade löpare startar sist.

Start sker vid arenans nordöstra del (50m) och synlig från publik.

## Örebro City Sprint 2016

The warming up area / Map sample



### Karantän

Löpare i elitklass skall **senast klockan 11:00** registrera sig vid sporthallen på arenan för karantän (Oscariahallen). Löpare som inte är registrerade vid karantän senast denna tid får inte starta i tävlingen.

I sporthallen finns dusch och toalett samt möjlighet att värma upp inomhus. Observera att skor med dubb eller dobb inte får användas i sporthallen – tag med vanliga idrottsskor.

### Förstart & start

Vid tävlingsarenan finns ett uppvärmningsområde med provkarta och kontroller samt förstart för WRE-deltagare. Området ligger i arenans östra del och är avskild från övriga deltagare i tävlingen. Vid förstarten finns ett tält med förfriskningar, frukt, kaffe, dricka, vatten och smörgåsar. Till förstarten eskorteras man av funktionärer och man beger sig dit när man själv vill.

Det är inte tillåtet att återvända till sporthallen (karantän) efter att man varit vid förstarten.

Fem (5) minuter innan start sker upprop av löpare vid förstart. Löparen tar sig därefter fram till WRE-starten (100m).

- Tre (3) minuter innan start går man in i zon-3 (Töm/Check)
- Två (2) minuter innan start går man in i zon-2 (Kontrolldefinition)
- En (1) minut innan start går man in i zon-1 (Startzon)
- Vid startsignal fås kartan

### Kontroller

Samtliga kontroller i WRE-klass har dubbla stämpingsenheter samt även manuell stämpel (krokodilklämma). Det är löparens ansvar att kontrollera att korrekt stämpling sker och att både ljud och ljussignal fås. Avsaknad av registrering i löparbricka medför diskvalificering.

---

**Startlistor/  
Resultat**

Anmälan till tävlingen medför publicering av deltagande och resultat på Internet. Resultat och sträcktider publiceras på Eventor och WinSplits Online direkt efter tävlingen.  
Tävlingen kartor kommer att finnas tillgänglig på GPS-tjänsten Livelox direkt efter tävlingen.

---

**Priser**

Medaljer till de tre första i varje ungdomsklass (HD10-HD16) samt även extrapriser utöver de tre första beroende på klassens storlek.

I utvecklingsklass (U2) får alla pris och man hämtar det efter målgång vid prisceremonibordet.

I WRE-klasser ges priser till de tre främsta i respektive klass.

Prisutdelningar sker direkt efter tävlingens slut

---

## Mixsprintstafett (eftermiddag)

Tävlingsformen för Elitklass är lika som VM-normen dvs. fyra sträckor med fyra deltagare (2 kvinnor & 2 män). För övriga klasser är reglerna mer ”öppna” (se respektive klass). Mixsprintstafetten startar efter den individuella sprinttävlingen och har beräknade sträcktider på 10-12 minuter.

Klasser och banlängder	Klass	Beskrivning	Ålder	Övrigt
	<b>Elit</b>	Klassen följer VM-normen, dvs. 2+2 deltagare (kvinna+man+man+kvinna)	Öppen för alla åldersklasser	Endast deltagare från samma klubb får ingå i laget
	<b>Ungdom</b>	Klassen följer VM-normen, vad gäller banlängd: <i>I laget skall ingå deltagare av båda kön – men valfri fördelning, dvs. det får finnas fler pojkar/flickor i laget.</i>	Till och med 16 år	Kombinationslag är tillåtet, dvs. löpare från olika föreningar kan vara med i samma lag. <u>Banlängd:</u> kort-lång-lång-kort
	<b>Öppen</b>	Valfri lagsammansättning när det gäller kön och ålder	Öppen för alla åldersklasser	Kombinationslag är tillåtet
	<b>Veteran</b>	Valfri lagsammansättning när det gäller kön och ålder	Öppen för alla från HD35	Kombinationslag är tillåtet

### Efteranmälan

Via Eventor senast **torsdag** den **23 juni** klockan 23:59, mot 50 % förhöjd avgift.



### Löparpool

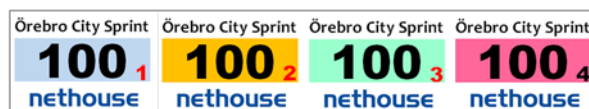
För de som vill springa Sprintmixstafett men inte har ett fullt lag - eller den som har anmält lag men som saknar löpare kommer en löparpool att finnas vid tävlingskansliet. Anmälan till löparpool kan också ske på e-postadress: [info@citysprint.se](mailto:info@citysprint.se)

### Anmälningsavgift (ordinarie)

Tävlingsklass och Öppen klass: 130 kr per deltagare.  
Ungdom: 70 kr per deltagare.

### Klubbkuvert/ nummerlappar

Klubbkuvert för Sprintstafetten hämtas vid tävlingskansliet. Tag med egna säkerhetsnålar till nummerlappar.



### Lagupställning

Lämnas helst via Eventor innan tävlingsdagen, och senast kl. 12:00 tävlingsdagen vid tävlingskansliet.



<b>Gaffling av banor</b>	Alla klasser har gafflade banor vilket innebär att det finns många banvarianter. Kontrollera därför kodsiffror extra noga.
<b>Start sprintstafett</b>	Preliminär start för stafetten är klockan 13.00. (efter att den individuella tävlingen är klar). Gemensam start för alla klasser på anvisad plats vid tävlingsarenan.
<b>Startlistor/ Resultat</b>	Anmälan till tävlingen medför publicering av deltagande och resultat på Internet. Resultat och sträcktider publiceras på Eventor och WinSplits Online direkt efter tävlingen. Tävlingen kartor kommer att finnas tillgänglig på GPS-tjänsten Livelox direkt efter tävlingen.
<b>Priser</b>	Priser till de tre första lagen i varje klass. Prisutdelning sker direkt efter tävlingen

## Övrig information

### Huvudfunktionärer



<b>Tävlingsledare:</b>	Lasse Lundberg	+46 (73) 057 1574	<a href="mailto:lasse.lundberg@telia.com">lasse.lundberg@telia.com</a>
<b>Bitr. tävlingsledare</b>	Björn Alpberg	+46 (70) 268 8080	<a href="mailto:bjorn.alpberg@gmail.com">bjorn.alpberg@gmail.com</a>
<b>Speaker/ karritare</b>	Mats Carlsvärd	+46 (72) 249 2602	<a href="mailto:mats.carlsvard@gmail.com">mats.carlsvard@gmail.com</a>
<b>Banläggare</b>	Christer Tapper	+46 (70) 216 5389	<a href="mailto:tapper.christer@gmail.com">tapper.christer@gmail.com</a>
<b>Tävlingskansli</b>	Karin Kraft	+46 (73) 09 2219	<a href="mailto:kkraft@bredband.net">kkraft@bredband.net</a>
<b>Ban- och tävlingsrådgivare:</b>	Torun Pahlm	+46 (70) 293 6214	<a href="mailto:torun.pahlm@telia.com">torun.pahlm@telia.com</a>
<b>IOF Event Advisor</b>	Bo Månsson	+46 (70) 539 2888	<a href="mailto:bo.mansson@seaside.se">bo.mansson@seaside.se</a>

### Tävlingsjury



<b>Ordförande</b>	Lars Lindstrøm	<a href="mailto:ll@do-f.dk">ll@do-f.dk</a>
	Per Forsberg	<a href="mailto:foppaviasat@gmail.com">foppaviasat@gmail.com</a>
	Anton Blomgren	<a href="mailto:anton.blomgren@icloud.com">anton.blomgren@icloud.com</a>



Stort tack till alla fastighetsägare som låter oss springa på deras mark och gårdar!

- Örebro Bostäder (ÖBO)
- Karaffen Förvaltnings AB
- Bostadsrättsföreningen Stenhuggaren
- Abramssons fastighets AB

### Boende (stuga/ camping)

För stuglogi och camping i Örebro hänvisas till Gustavsviks camping och upplevelsebad. Boendevalternativ: Stugor och husvagnscamping (se separat informationsblad på Eventor).

Deltagare som bor på vår camping eller stugby under Örebro City Sprint, badar gratis under boendeperioden. (ange kod "CITYSPRINT" vid bokning).



**LOST CITY**  
ÄVENTYRET BÖRJAR HÄR!

**Gustavsvik**  
www.gustavsvik.se

### Boende (hotell)

Vackert beläget, centralt i Örebro vid Svartån och Örebro Slott, ligger Elite Stora Hotellet. För deltagare i Örebro City Sprint 2015 erbjuds specialpriser på boende.

Du bokar själv genom att ringa Elite Hotell på telefon 019-15 69 90 eller maila till [reservations.orebro@elite.se](mailto:reservations.orebro@elite.se) och uppge bokningskod "CITYSPRINT".



#### Rumspriser inkl. moms och frukost:

- Standardrum 600 kr per natt
- Superior rum 2 pers. 900 kr per natt
- Deluxe rum 2 pers. 1050 kr per natt (extrabädd kan ställas in i ett Deluxe rum till en kostnad om 200 kr för vuxen (över 18 år)



ELITE STORA HOTELET  
ÖREBRO

Länk till Elite Stora Hotellet, Örebro: [www.elite.se/sv/hotell/orebro](http://www.elite.se/sv/hotell/orebro)

### Online-teknik

Last Mile Communication (LMC) är officiell sponsor av radioutrustning för online-kontroller.



<http://www.lastmile.se/>  
E-post: [tomas@lastmile.se](mailto:tomas@lastmile.se)



# Arenaskiss – Drottningparken

