



PM för Orienteringstävlingen Inomhustrampen

Söndag 26 mars 2017

Närtävling i inomhusorientering med start från kl. 12:00

Obs! Sommartid.

Helgen 25-26 mars arrangerar Ludvika Orienteringsklubb lägret Skogsröjarträffen för ungdomar 13-16 år och som avslutning på lägret arrangeras en öppen inomhusorienteringstävling i Kyrkskolan i Ludvika. Inomhusorientering ställer stora krav på intensiv kartläsning och god planering av sträckorna.

Samlingsplats	Kyrkskolan Ludvika, Högbergsgatan 19 http://www.hitta.se/kartan?s=b3d7ff49 Se parkeringsskiss för att välja rätt entré.			
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	1 100 m	ÖM3	800 m
	Herrar	800 m	ÖM2	1 300 m
	D16	1 100 m	ÖM1	1 400 m
	D14	1 300 m	U2	1 200 m
	D12	1 400 m		
	H16	800 m		
	H14	1 100 m		
	H12	1 400 m		
Ovanstående banlängder är beräknade i banläggningsprogrammet och avspeglar inte 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 på tävlingsdagen i mån av kartor till klockan 12:30. Anmälningssavgift är 20 kr.			
Start	Första start kl. 12:00, start fram till kl. 13:00. Startlista kommer att publiceras för deltagare på Skogsröjarträffen. Fri intervallstart med 1 minuts startmellanrum för övriga tävlingsklasser. Fri starttid för motionsklasser och U2. Startpunkt är markerad med skärm.			
Karta	Karta för inomhusorientering ritad 2016 och reviderad 2017 av Jakob Wedman i skala 1:700. För exempel på hur kartan är ritad se dokumentet			

”Kartexempel” (pdf). Förra årets karta finns också att se i Eventor. 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. Samma skola användes för Inomhustrampen 2016. Förbjudna passager mm har ändrats jämfört med tävlingen 2016. 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 se hur du ska springa, hela sträckan, innan du ens börjar röra på dig! Det går fortare att gå rätt väg än att springa åt fel håll!

Vid brandlarmet ska alla utrymma genom närmaste utgång och återsamlas på skolgården.

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.

Tävlingsledare Jakob Wedman telefon 072-527 33 07, jakob.wedman@gmail.com