



PM

CENTRUM TEAM SPRINT

Söndag 21 maj 2017
Nybohov

Se Stockholm från ovan! I år är Centrum Team Sprint förlagd till toppen av Nybohovsberget nära Liljeholmen. Det har aldrig regnat i tävlingens historia, så håll era tummar för soligt väder även denna söndag. Varmt välkomna!

Klasser, starttider, banlängder och beräknade segrartider

Klass	Starttid	Sträcka 1/2		Sträcka 3/4	
Herr	11.00.00	2550-2570 m	14.30 min	2490-2530 m	14.00 min
Dam	11.10.00	2020-2080 m	14.00 min	2210-2230 m	14.30 min
Mix	11.20.00	2550-2570 m	14.30(17.30)	2490-2530 m	14.00(17.00)
HD20	12.20.00	1680 m	12.00 min	1400 m	10.00 min
D24	12.10.00	1730-1750 m	12.00 min	1600-1620 m	11.00 min
H24	12.30.00	1730-1750 m	12.00 min	1600-1620 m	11.00 min
D28	12.10.00	1560-1610 m	11.00 min	1680-1720 m	12.00 min
H28	12.20.00	1860-1920 m	12.00 min	1680-1720 m	11.00 min
D32	12.10.00	1790-1830 m	13.00 min	1830-1850 m	13.00 min
H32	12.30.00	1990-2060 m	13.30 min	2200-2230 m	14.00 min
HD90	11.20.00	1990-2060 m	14.00 min	2200-2230 m	14.30 min
HD110	11.00.00	1790-1830 m	14.00 min	1830-1850 m	14.00 min
Motion	11.10.00	1860-1920 m	-	1680-1720 m	-

Banlängder och beräknade segrartider kan komma att ändras. Start, växling och målgång sker i anslutning till TC. Inpassering till start ska ske senast 5 minuter före start. Vid inpassering till startfälla skall brickan tömmas och checkas.

Motionsorientering med direktanmälan

Utöver stafettklasserna finns tre individuella motionsklasser för direktanmälan. För motionsorientering gäller fri start mellan kl 11:00-12:30. Skuggningskartor tillgängliga i ÖM 1.

Klass	Banlängd	Svårighet	Avgift, vuxen	Avgift, ungdom (upp till 16 år)
ÖM 1	1680 m	Vit	120 kr	60 kr
ÖM 3	2810 m	Gul	120 kr	60 kr
ÖM 5	4430 m	Orange	120 kr	60 kr

Samling och TC

Nybohov, Liljeholmen tunnelbanestation, uppgång Liljeholmstorget, utgång mot torget (ej mot Nybohov). Alla tävlande måste följa snitsling från Liljeholmstorget till TC uppe på Nybohov, cirka 10 minuters promenad längs Nybohovsbacken. Den snitslade vägen går delvis genom tävlingsområdet, så endast denna väg får användas av tävlande. Tävlande får därefter inte lämna TC-området förrän de tävlat färdigt då TC ligger mitt i tävlingsområdet. Själva TC har begränsat med yta i år. Vi ber om förståelse för detta och hoppas alla hjälps åt så alla får plats om det skulle bli trångt.

Parkering

Ingen parkering erbjuds av arrangören utan vi rekommenderar SL:s sida "Parkera och åk" (sl.se/sv/info/resa/pendel-parkering/pendelparkeringar/) och kollektivtrafik. Absolut förbjudet att köra/parkera inom tävlingsområdet för tävlande och medföljande.

Efteranmälan

Mot 50 procent högre avgift senast onsdag 17 maj kl. 23.59. Observera att efteranmälda lag kan få kartor utskrivna på vanlig skrivare. Ändring i laguppställning kan göras via e-post senast 19:e maj kl 23:59 till tavling@centrumok.se.

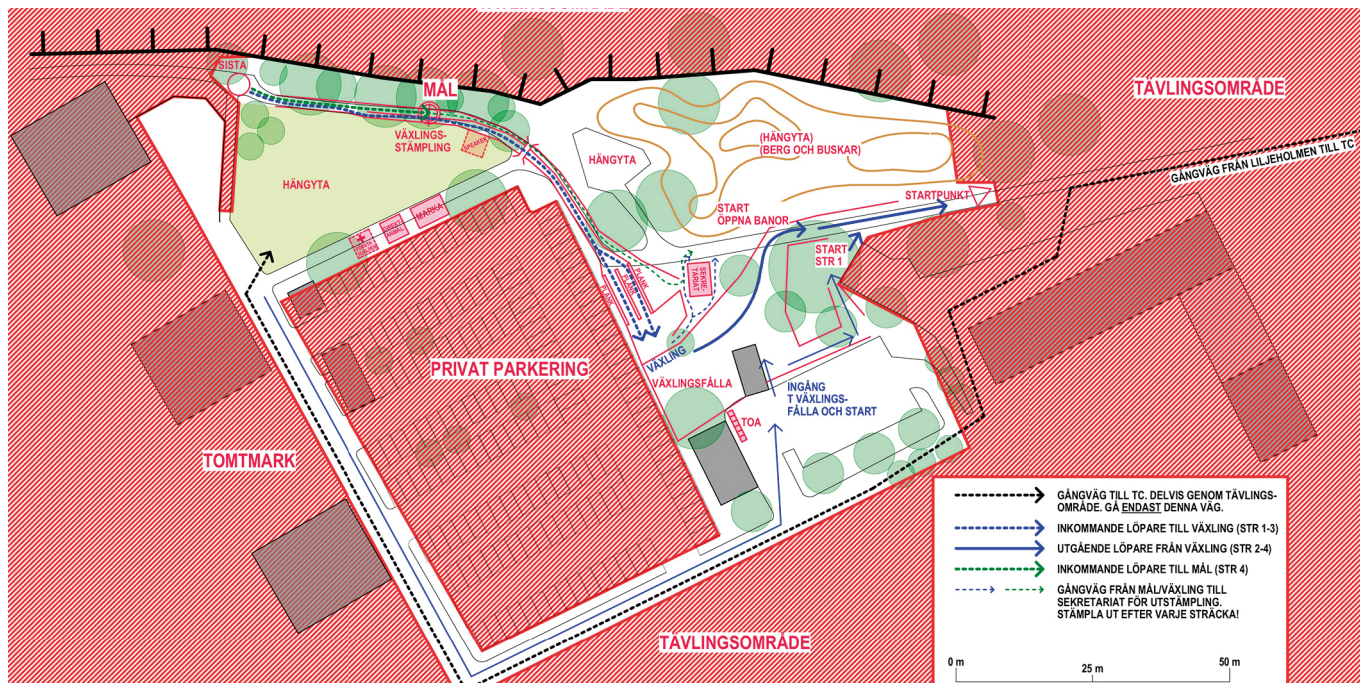
Sprintnorm

Kartan är ritad i sprintnorm, vilket innebär att det är förbjudet att passera branter som är markerade som oframkomliga enligt normen. Detsamma gäller staket, plank, murar som är markerade som opasserbara (tjockt svart streck) och tomtmark. Det är alltid förbjudet att beträda planteringar även om det inte finns avgränsning med staket eller snitsel. Du får heller inte passera vegetation som är markerat med mörkgrönt.

Uppvärmning

I växlingsfällan och i närheten av TC. Se TC-karta för vilka områden som inte klassas som tävlingsområde.

TC-karta



Klädsel och skoval

Heltäckande klädsel då alla banor passerar skogsområden. Skor utan metalldubb men med kraftig gummidubb rekommenderas. Spikskor förbjudet.

Tävlingsprocedur och stämplingssystem

Varje lag består av två löpare som springer två sträckor var, sammanlagt springer laget fyra sträckor. Löpare Ett springer sträcka 1 och 3, medan Löpare Två springer sträcka 2 och 4. OBS! Löpare Ett måste starta på första sträckan med den SI-pinne som kopplats till Löpare Ett i samband med anmälan. Eventuella ändringar i laguppställningarna måste göras senast fredag den 19 maj kl 23:59 via tavling@centrumok.se.

Varje löpare springer med egen SI-pinne som används på båda sträckorna (1+3 alt. 2+4). SI-pinnen skall tömmas före varje sträcka. Det är väldigt viktigt att du efter växling följer snitslar och anvisningar och läser av din pinne innan du tömmer den inför din nästa sträcka. Annars får laget inget resultat.

Nummerlapp

Nummerlappar för alla lag finns upphängda intill startområdet (utom för klubblösa, se nedan), se kartan över TC ovan. Varje lag ansvarar själva för att hämta sina nummerlappar med rätt startnummer. Var ute i god tid, för att undvika köbildning. Nummerlapparna ska bäras väl synliga på bröstet. Säkerhetsnålar finns inte, ta med egna.

OBS! Personen som springer sträcka 1+3 bär nummerlapp med vit bakgrund och personen som springer sträcka 2+4 bär nummerlapp med svart bakgrund.

Klubblösa deltagare

Deltagare utan klubbtilhörighet, eller som tillhör utländsk klubb, hämtar ur sin nummerlapp hos sekretariatet senast 30 minuter innan klassens starttid, samt betalar sin anmälningsavgift kontant.

Växling och målgång

Vid varje växling målstämplar löparen på mållinjen (vid målgång på sista sträckan används dock måldomare och målstämplingen sker då efter målgång). Inkommande löpare lämnar sin karta till målpersonalen och växlar genom att ta en ny karta vid växlingsplanket och lämna över den till nästa löpare. Var noga med att ta rätt nummer på kartan! OBS! SI-pinnen måste läsas av, och sedan tömmas, innan den kan användas på nästa sträcka. Annars blir laget diskat.

Gaffling

Gaffling förekommer i samtliga klasser förutom HD20.

Maxtid

För samtliga klasser gäller att sistasträckslöparen måste ha hunnit ut på sin sträcka innan 14.00 Cirka 14.30 avslutas tävlingen och kontrollerna börjar plockas in. Deltagare som fortfarande är ute på banan uppmanas då att omgående ta sig tillbaka till mål.

Kartutlämning

Speakern annonserar när kartorna är redo att hämtas.

Karta

Karta ritad 2017 av Oskar Karlin. Skala 1:4 000, 2,5 m ekvidistans, sprintnorm. Utskriven på SOFT-certifierad skrivare hos BL-Idrottsservice. Tävlingsområdet består mestadels av stadsterräng med hård markbeläggning, men mjuka parkområden och mjuka branta skogssluttningar är också vanligt förekommande. Höllar och berg i dagen förekommer i mindre utsträckning inom tävlingsområdet. Visa hänsyn till boende och söndagsflanörer.

Lokala karttecken

Området genomsöks av motorvägen Essingeleden. Där motorvägen består av en bro redovisas dess ytterkontur med svart streckad linje och där är det tillåtet att passera. Detta gäller även en tunnelbanebro över Hägerstensvägen.

Terrängbeskrivning

Tävlingsområdet är av förortskaraktär där flerfamiljshus varvas med villaområden. Underlaget består mestadels av asfalt men parkområden samt branta skogssluttningar förekommer. Höllar och berg i dagen förekommer i mindre utsträckning. Måttlig till stark kupering.

Trafik och vägpassager

Inom tävlingsområdet finns flera lätt trafikerade lokala gator. Iakttag försiktighet och följ trafikreglerna. För ungdomar upp till och med D28/H28 och motion gäller följande: Sträcka 1 och 2 går i ett skogs- och parkområde och korsar inga bilvägar. Sträcka 3 och 4 går i ett mer urbant område och har en vägpassage i början med kontroll på båda sidor om vägen och med trafikvakt. Löparna är skyldiga att följa trafikvaktens anvisningar. Övriga klasser korsar flera gator.

Förbjudna områden

Förbjudna områden markerade med gulblå snitsel i terrängen och/eller på kartan är förbjudna för tävlande att beträda.

Kontroller och kontrollbeskrivningar

Kontrollerna är märkta med skärm och stämplingsenhet. De är placerade på stativ eller träbock. I vissa partier sitter kontrollerna tätt, kontrollera kodsiffrorna noga! Kontrollbeskrivningarna är tryckta på kartan och kodsiffrorna är även tryckta vid kontrollnumret intill ringen.

Resultat

Anslås på TC och på CTS hemsida, samt Eventor. Om allt klaffar har vi dessutom liveuppdaterade resultat på internet under tävlingen. Adressen är <http://centrumok.se/live>

Priser och prisutdelning

Prisutdelningen sker efterhand det att klasserna blir klara, och annonseras av speaker.

Marka

Försäljning av falafel, fika, dryck och lättare mat finns på TC. Betalning kontant eller med Swish.

Omklädning/dusch och toaletter

Ingen dusch. Bajamajor i anslutning till TC.

Tävlingsregler

Svenska Orienteringsförbundets tävlingsregler gäller.

Sjukvård

En första hjälpen-station finns på TC, se bifogad TC-karta.

Tävlingsledning och huvudfunktionärer

Tävlingsledare: Linnea Börjars, tele: 0706-105534 och Magnus Karlsson, 070-3953112

Banläggare: Jonas Kjäll

Bankontrollant: Malin Annegård

Kartritare: Oskar Karlin

Tävlingskontrollant: Daniel Lind, Tumba-Mälarhöjden OK

VARMT VÄLKOMNA TILL CENTRUM TEAM SPRINT 2017!