



Stockholm Indoor Cup 2018

”Världens största inomhusorientering!”

PM



Stockholms Inomhusorienterare, i samarbete med Fredrika Bremergymnasiets orienteringsakademi, välkomnar alla till 6:e upplagan av Stockholm Indoor Cup; större än någonsin!

Tävlingsområde etapp 1: Rudbeck gymnasium, [Malla Silberstolpesväg 3](#).

Vi rekommenderar att åka kollektivt med pendeltåg till Sollentuna. Därefter buss **Edsbacka** eller **Rudbecksskolan** (Sollentuna), sök på [sl.se](#) för att hitta de avgångar som passar dig. Från Edsbacka är det ca 300 m snitslad väg till entrén och från Rudbecksskolan ca 50 m. Entré till arenan sker *endast* via den ingång som vi hänvisar till, alla andra är låsta. För de som åker bil finns ingen organiserad parkering. Parkering finns i närområdet till arenan, följ gällande parkeringsregler.

Karta ingångar o parkering etapp 1: <https://kartor.eniro.se/m/pA1KN>

Tävlingsområde etapp 2: Globala gymnasiet, [Hornsgatan 93](#).

Kollektivtrafik rekommenderas starkt. Tunnelbana till Zinkensdamm, därifrån ca 400 m snitslad väg. Entré till arenan sker *endast* via den ingång som vi hänvisar till, alla andra är låsta/förbjudna. Ingen organiserad parkering. Finns ingen parkering i anslutning till skolan. Om ni tar bil följ gällande parkeringsregler i området.

Karta ingång och väg till arena etapp 2: <https://kartor.eniro.se/m/b5KFc>

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 31:a Januari 23:59. Kan ske endast i de startgrupper som inte är fulltecknade (max 60 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 115 kr/ vuxna, 70 kr/ barn.












Start: Första start båda Etapperna är 10.00. 3-minuters gå-fram-tid. Starten är i direkt anslutning till arenan båda dagarna. Start sker med starttid (utan startstämpling) i samtliga klasser *utom* motionsklasserna samt U2. Ungdomsklasserna H/D12 och H/D14 får titta på kartan 1 minut innan start. Fri start kan ske mellan 10:00 och 13:30. Klubbblösa 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 touchfree-funktionen). Hyra av SI-bricka 30 kr, hämtas i tävlingsinformationen. Glöm inte att lämna tillbaka pinnen, ej återlämnad bricka debiteras med 500 kr.

OBSERVERA att SI-Card 11 (med blinkfunktion) riskerar att inte hinna blinka klart innan det är dags för nästa stämpling, kontrollerna sitter nämligen väldigt tätt på vissa ställen, gäller alla klasser, båda etapperna.

Regler och karta: Nyritade kartor 2017-2018 av David Hector, Joakim Skärlén, Oskar Forsberg, Assar Hellström och Christian Redtzer. Kartan är skalenlig men vi vet inte till vilken skala. När du springer märker du hur fort det går. **OBS! Nya karttecken och regler (bl.a. enkelriktade passager). Läs igenom separata dokument på Eventor för all information kring regler och kartor.**

Dokumenterna kan ses som en del av PM och ingår alltså i tävlingsreglerna. Kartorna kan upplevas svårlästa för vissa, ta med kartlupp (eller köp på plats) om du känner dig osäker!

Karttecken			
A 	Trappa		Enkelriktad passage
	Bord		Toalett/Handfat
	Växt/Träd		Bänk/Fåtölj/Soffa
	Golv		Diverse bråte - förbjudet att beträda!
	Ovanligt föremål		Tillåten utepassage
	Skåp/Hylla		

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 utom U2 (som har A4-karta på lördagen). Definitioner finns endast lösa (men kan häftas fast på kartan för de som önskar). Eftersom alla klasser har många kontroller kan det bli svårt att få plats med definitionen i definitionshållaren, vi rekommenderar därför att man antingen viker den eller häftar fast den på kartan.

Klädsel och utrustning: Endast rena skor (för inomhusbruk) är tillåtna, noggrann kontroll kommer att ske. Dobb- och dubb skor 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 2 meter ifrån varandra. **Kolla därför kodsiffran mycket noggrant!** Kontrolldefinitioner finns endast lösa (häftapparat finns). Observera också att några banor har upp mot 30 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).

Antal kontroller:

	Etapp 1	Etapp 2
SIC Herrar	28	28
SIC Damer	27	26
SIC Herrar Light	21	20
SIC Damer Light	18	20
SIC Gubbar	18	22
SIC Tanter	17	21
H16	25	23
D16	24	22
H14	21	22
D14	18	24
H12	17	17
D12	18	17
U2	13	13
SIC Motion Svår	24	23
SIC Motion Lätt	17	17

Banläggarens ord:

Etapp 1: I en stor skola med varierande karraktär och omväxlade miljö har jag haft privilegiet att både vara med och rita kartan och lägga banorna för årets första etapp av Stockholm Indoor Cup. Med unika

möjligheter har jag lagt banor som kommer utmana samtliga löpare. Från arenan kommer man se löpare starta, varva och spurta mot mål. Årets banor innehåller många nya och välbekanta svårigheter. Även denna gång kan löparna välja flertalet vinnande vägval men att för hitta dessa och utnyttja dem krävs kartkontakt utöver det vanliga.

Att vinnarna kommer ha varit i hela skolan är något vi tror banornas svårigheter har lyckats med. Tempoväxling är det som ekar i korridorerna och en stor andel lugn och kylighet i besluten har betydelse för ett vinnande koncept. Någonstans där har vi det vinnande receptet för etapp 1 2018.

Lycka till!

Joakim Skärlén, banläggare etapp 1.

Etapp 2: Den andra och sista etappen för årets SIC avgörs mitt på Södermalm i Globala gymnasiet. Huvudbyggnaden från 1936 består av dels långa korridorer och en kvadratisk byggnad där arenan ligger, dessutom kommer en mindre barack och ett idrottshus nås via en utepassage. Skolan är relativt trång och ganska smala trappor och korridorer vilket betyder att alla löpare måste tänka på att ta det lite lugnt för att inte springa i varandra. Publiken på arenan kommer att få många platser att se löparna, både ovanför arenan, vid starten och i toalettkön.

Banorna är utformade med "medeldistanskaraktär" med många kontroller och snabba beslut och det kommer att finnas möjligheter till vägval. Man också kan lugnt säga att det uppenbara vägvalet inte är det snabbaste. Enkelriktade korridorer kommer att användas rikligt på etappen vilket medför ytterligare en dimension av klurigheter. Det är precis lika klurigt som vanligt så det gäller att hålla huvudet kallt för att kunna ta hem segern i sic18.

Oskar Forsberg, banläggare etapp 2.

Etappspecifik information:

Etapp 1: Arenan kommer bestå av en större aula och en närliggande ljushall med möjlighet att se löpare. Vi kommer att ha OL-Specialisten och Ekens Sportprodukter på plats med sportförsäljning. Servering finns i ljushallen och består utav det lokala kafét.

Etapp 2: Arenan kommer vara väldigt trång då vi inte har tillgång till så stora utrymmen som vi hade önskat. **Vi ber er därför att försöka att inte komma mer än 45 minuter innan er starttid**, så att det inte blir allt för trångt. Vi hoppas på er förståelse. Idag kommer klassisk SIC servering erbjudas och Ekens Sportprodukter kommer finnas på plats och visa upp och sälja sina produkter.

Det råder absolut skoförbud mot ytterskor på båda arenorna, vänligen ta av er skorna vid entré till arenan!

Utepassage: På söndagen kommer det finnas en utepassage där löparna får springa på en utlagd matta, det är absolut förbjudet att springa på sidan av mattan! ta det extra försiktigt här då det kan vara halt! På kartan är passagen markerad med ljusblått tecken.

Service på arenan: Speaker och liveresultat, med radiokontroller, varvning, tv-kontroll och publikkontroll. Servering med både matiga och söta alternativ, och givetvis gott om dricka. Direktanmälan finns. Som betalningsmedel accepteras kort och kontanter, men helst Swish. Toaletter finns 11 st på lördagen och på söndagens etapp finns cirka 10 toaletter utspridda över arenan, se arenaskiss. **I år har vi dusch på lördagens etapp!** Dusch är belägen i badmintonhallen som ligger på baksidan av tävlingsbyggnaden när man befinner sig vid Entrén

WARNING: 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 även finnas enkelriktade korridorer läs kompletterade dokument på eventor. Respektera de enkelriktade passagerna samt vakternas beslut! 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! Av erfarenhet vet vi också att man kan behöva stanna för att titta på kartan, undvik att göra det i trapporna eller i smala dörröppningar så att snabbare löpare kan passera (ställ er lite ur vägen). Vakter finns.

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 kan det förekomma lösa saker, 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.

Säkerhet: Vakter finns strategiskt utplacerade i "terrängen" ifall det skulle hända något (personskada, något som går sönder osv). Tveka inte att ta kontakt med dem om det behövs! Om brandlarmet skulle ljuda, använd närmaste dörr ut. Återsamling sker i första hand utanför ingången till arenan. Kameraövervakning kan förekomma i skolorna, genom att springa godkänner du att du blir filmad.

Långpass: Se separat PM på Eventor.

Prisutdelning: Inga etapppriser, totala priser delas ut till de främsta i samtliga klasser (utom motionsklasserna och U2). Prisutdelning sker så fort söndagens etapp är avslutad. Om pristagaren har åkt hem pga tidig start skickar vi priset med post. I U2 och HD12 delas priser ut direkt efter målgång.

Maxtid: Ingen maxtid, men målet stänger 15.30 (1 timme efter sista start).

Huvudfunktionärer:

Tävlingsledare: Emil Wipp, 070- 525 90 51

Banläggare: Joakim Skärlén (E1) och Oskar Forsberg (E2)

Bankkontrollant: Assar Hellström

Sekretariat: David Hector och Jonas Rinnbäck

Frågor besvaras även via mail till: info@stockholmindoormap.se

Välkommen in i värmen!

#sic18

