

PM
Örebro City Sprint
Söndag 24 juni 2018

Picture © World of O / http://runners.worldofo.com/juliandent.html

Vi hälsar alla hjärtligt välkomna till 5:e upplagan av Örebro City Sprint som även i år är ett ***World Ranking Event (WRE)*** med internationella elitklasser i M21 Elite & W21 Elite.

För årets arrangemang har vi förflyttat oss till de södra delarna av Örebro och ett nytt kartområde som verkligen kommer att erbjuda spännande banor i parker och labyrintliknande bostadskvarter.

Tävlingsprogrammet innehåller både en individuell **Sprintorientering** följt av en **Mixsprintstafett** med fyra deltagare enligt IOF-normen.

Efter tävlingarna kan alla deltagare besöka ett av Europas modernaste upplevelsebad - **Gustavsvik** och få rabatt på entréavgiften, **120 kr** istället för **210 kr**.

Gustavsvik
www.gustavsvik.se

Varmt välkomna!

Samling	Tävlingsarenan är belägen i södra delen av Örebro vid Navets skola i bostadsområdet Ladugårdsängen. Parkering sker söder om skolan efter Karlsdalsallén (se bilaga Vägvisning). Observera att Karlsdalsallén är stängd för vägarbete och ni kan endast komma till arenan från väster. [Kartlänk till parkering]



PM, Version 1.0.2 2018-06-21

Terräng

Tävlingsområdet består till största delen av detaljerade bostadskvarter med en blandning av flerfamiljshus, kedjehus och villor. Även parkmark förekommer. Mycket flackt.

Karta

Ritad enligt sprintnorm ISSOM 2007, svensk version 2010.

Ekvidistans: 2 meter.
Kartskala: 1:4000 för klasser upp till HD55
1:3000 för klasser HD60 och äldre
Utskrift: SOFT-certifierad laserutskrift, Örebro universitet (Erik Norgren)

Bra att veta om kartan:

- Meridianerna har blå färg.
- Lokalt tecken: Svart kryss betyder större lekplatsställning eller speciell kontrollpunkt (beachflagga).
- Kontrolldefinitionen kan innehålla specialtecken för rabatt (blomma)

Redovisning av träd:

- Grön ring markerar stort markant träd med en diameter större än 50 centimeter.
- Grön punkt markerar mindre, men ändå markant, träd, eller större buske.
- Om träd står nära varandra, i en dunge, redovisas inte de enskilda träden.
- Parkmark där det finns vegetation i form av mindre och utspridda träd redovisas oftast med gulprickig yta.



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 100% grön (mörkgrön) färg får inte passeras, även om det i praktiken är möjligt. Passering av sådana häckar och buskage medför diskvalifikation.

ALMBY IK ÖREBRO
EMAIL info@citysprint.se | TELEPHONE +46 (70) 268 80 80 | ADDRESS Ljungvägen 16, 702 21 ÖREBRO | REG. NO 875000-7265 | PLUSGIRO 65 97 82-7 | INTERNET www.almbyik.se

Förbjudna löpområden under tävlingen	Färger som markerar förbjudet område: Olivgrön färg: Tomtmark, blomrabatter och annan förbjuden mark. Grön (100%) Häckar och buskage. Violett (50%): Uteserveringar och andra tillfälliga byggnadskonstruktioner. Det kan exempelvis röra sig om uteserveringar. Violett (50%) streckat: Tillfälligt förbjuden mark. Tänk på att murar och staket som är ritade med tjocka svarta streck (0,4 mm) samt alla mörkgröna symboler är förbjudna att passera enligt sprintreglerna - även om det faktiskt ofta är möjligt. På vissa ställen förtydligas opasserbarhet med blågul snitsel.
Stämplings-system	**SPORTident**. Alla typer av löparbrickor kan användas, SI-Card 5, 6, 8, 9, 10, 11. 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 en parkering ca 400m söder om arenan (se bilaga Vägvisning-översiktskarta). Parkeringsavgift 20kr/fordon Även allmänna parkeringar på gator öster om tävlingsområdet får användas (Eklunda, Sörby & Sörbyängen). Du får inte anlända till arenan från väster eller norr eftersom du då passerar genom delar av tävlingsområdet. Webblänk till parkeringar i Örebro city: http://www.orebro.se/592.html
Tävlingsregler	**IOF Competition Rules** för WRE-klasser **M21E** & **W21E** **SOFT:s** allmänna tävlingsregler samt anvisningarna för sprint-OL gäller för övriga klasser. Fri klädsel får användas. **Skor**: Spikskor och dubbskor är inte tillåtna! Använd löparskor eller motsvarande. Tävlande, funktionärer och åskådare deltar respektive medverkar på egen risk.

ALMBY IK ÖREBRO
EMAIL info@citysprint.se | TELEPHONE +46 (70) 268 80 80 | ADDRESS Ljungvägen 16, 702 21 ÖREBRO | REG. NO 875000-7265 | PLUSGIRO 65 97 82-7 | INTERNET www.almbyik.se

Säkerhet	Observera att gator i tävlingsområdet INTE är avstängda med anledning av tävlingen, och att tävlande INTE har företräde i trafiken. 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. Det kommer att finnas tävlingsfunktionärer på känsliga platser i tävlingsområdet, 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. Det finns en del trånga passager med skymd sikt. Håll till höger även om det innebär ytterkurva.
Servering	Välsorterad marka kommer att finnas vid arenan med kaffe, kaffebröd, smörgåsar, godis, dricka och hamburgare. Betalning kan ske med kontanter, betalkort eller SWISH.    
Serier	Den individuella tävlingen ingår även i **Löpex och Närkes Skogskarlars ungdomsserie** för klasserna **HD12-HD16**. Endast resultat för löpare från Örebro län räknas i serien. Webblänk till serien på Eventor [HÄR].
Dusch/toalett	Varmdusch inomhus, 100 m.
Sjukvård	Första hjälpen finns vid arenan.
Startlistor/ Resultat	Anmälan till tävlingen medför publicering av deltagande och resultat på Internet. Resultat och sträcktider publiceras på Eventor och WinSplits samt kommer även att finnas tillgänglig på GPS-tjänsten Livelox direkt efter tävlingen.

ALMBY IK ÖREBRO
EMAIL info@citysprint.se | TELEPHONE +46 (70) 268 80 80 | ADDRESS Ljungvägen 16, 702 21 ÖREBRO | REG. NO 875000-7265 | PLUSGIRO 65 97 82-7 | INTERNET www.almbyik.se

Individuell Sprintorientering (förmiddag)

Klasser

Klass	Banlängd (m)	Klass	Banlängd (m)	Klass	Banlängd
W21E	3560*	**M21E**	4360*		
D21	2590	**H21**	2950	**U2**	1790
D17-20	2590	**H17-20**	2920	**Ö1**	1790
D16	2280	**H16**	2650	**Ö5**	2570
D14	2100	**H14**	2360	**Ö7**	3130
D12	1960	**H12**	1960		
D10	1800	**H10**	1800		
D35	2490	**H35**	2920		
D40	2360	**H40**	2780		
D45	2130	**H45**	2650		
D50	2100	**H50**	2490		
D55	2000	**H55**	2280		
D60	1790	**H60**	2130		
D65	1700	**H65**	2000		
D70	1660	**H70**	1790		
D75	1660	**H75**	1700		

Notering

*Banlängden i WRE-klasserna avser **kortast möjliga löpväg**. För övriga banor anges den raka vägen (”fågelvägen”).

Efteranmälan

Via Eventor senast **torsdag** den **21 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

Utländska löpare betalar kontant på tävlingsdagen (betalkort accepteras) eller i förskott enlig 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.

Öppna klasser

I öppna klasser kan man anmäla sig på tävlingsdagen, s.k. ”direktanmälan”.

ALMBY IK ÖREBRO
EMAIL info@citysprint.se | TELEPHONE +46 (70) 268 80 80 | ADDRESS Ljungvägen 16, 702 21 ÖREBRO | REG. NO 875000-7265 | PLUSGIRO 65 97 82-7 | INTERNET www.almbyik.se

Start individuell tävling (START-1)	Första ordinarie start är **klockan 11.00**. Efteranmälda startar först i respektive klass. Öppna klasser har fri starttid 10.45–11.55. Avstånd till start: **ca: 500** meter, orange/vit snitsel. **Toalett finns ej vid start.** Lösa kontrolldefinitioner samt tryckta på kartan.
Start WRE-klass (START-2)	Första start för WRE-klass är **klockan 12:00.** Startfördelning sker efter IOF World Ranking list (4/6, 2018) där bäst rankade löpare startar sist.
Karantän	Löpare i elitklass skall **senast klockan 11:00** registrera sig vid karantän som är belägen i **Sörbyängsskolan** (se översiktskarta). Löpare som inte är registrerade vid karantän senast denna tid får enligt IOF-reglerna inte starta i tävlingen. I karantän finns en sporthall med duschar och toaletter samt möjlighet att värma upp inomhus. Det serveras också förfriskningar i karantän som frukt, kaffe, dricka, vatten och smörgåsar. Observera att skor med dubb eller dobb inte får användas i sporthallen – tag med vanliga idrottsskor.
Förstart & Start	I karantänen för WRE-klasserna får löparna en provkarta över området mellan karantän och förstart. Kartområdet får användas för uppvärmning på väg till förstarten. Det är förbjudet att vara utanför kartområdet Vid förstarten finns ett tält med enklare förfriskningar (frukt, dricka, vatten) samt toalett. Till förstarten beger man sig individuellt när man själv önskar. Observera att det inte är tillåtet att återvända till karantän efter att man lämnat denna. Detsamma gäller för eventuella ledare som följer med. 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 SI-stämplingsenheter. För övriga klasser har kontrollerna en SI-stämplingsenhet och en stiftklämma som används om SI-enheten inte fungerar. Det är löparens ansvar att kontrollera att korrekt stämpling sker och att både ljud- och ljussignal fås. Avsaknad av godkänd registrering medför diskvalificering.

ALMBY IK ÖREBRO
EMAIL info@citysprint.se | TELEPHONE +46 (70) 268 80 80 | ADDRESS Ljungvägen 16, 702 21 ÖREBRO | REG. NO 875000-7265 | PLUSGIRO 65 97 82-7 | INTERNET www.almbyik.se

Priser	Medaljer till de tre första i varje ungdomsklass (HD10-HD16) samt pris till alla i HD10-HD12 och de sex första i HD14-HD16. I utvecklingsklass (U2) får alla pris och man hämtar det efter målgång vid prisceremonibordet. I WRE-klasser ges medaljer och priser till de tre främsta i respektive klass. I övriga tävlingsklasser får segraren en blomma. Prisutdelningar sker direkt efter tävlingarna är avslutade.

ALMBY IK ÖREBRO
EMAIL info@citysprint.se | TELEPHONE +46 (70) 268 80 80 | ADDRESS Ljungvägen 16, 702 21 ÖREBRO | REG. NO 875000-7265 | PLUSGIRO 65 97 82-7 | INTERNET www.almbyik.se

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
Elit	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
Ungdom	Klassen följer VM-normen, vad gäller banlängd: *I laget skall ingå deltagare av båda kön – men valfri fördelning, dvs. det får finnas fler pojkar/flickor i laget.*	Till och med 16 år	Kombinationslag är tillåtet, dvs. löpare från olika föreningar kan vara med i samma lag. Banlängd: kort-lång-lång-kort
Öppen	Valfri lagsammansättning när det gäller kön och ålder	Öppen för alla åldersklasser	Kombinationslag är tillåtet
Veteran	Valfri lagsammansättning när det gäller kön och ålder	Öppen för alla från HD35	Kombinationslag är tillåtet

Efteranmälan

Via Eventor senast **torsdag** den **21 juni** klockan 23:59, mot 50 % förhöjd avgift.

Löparpool

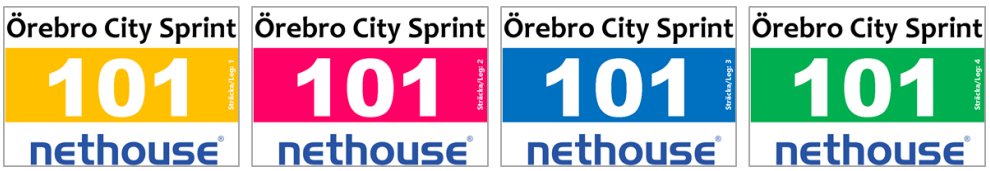
För de som vill springa Sprintmixstafett men inte har ett fullt lag - eller den som har anmält lag men som saknar löpare kommer en löparpool att finnas vid tävlingskansliet. Anmälan till löparpool kan också ske på e-postadress: info@citysprint.se

Anmälningsavgift (ordinarie)

Tävlingsklass och Öppen klass: 130 kr per deltagare.
Ungdom: 75 kr per deltagare.

Klubbkuvert/ nummerlappar

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



ALMBY IK ÖREBRO
EMAIL info@citysprint.se | TELEPHONE +46 (70) 268 80 80 | ADDRESS Ljungvägen 16, 702 21 ÖREBRO | REG. NO 875000-7265 | PLUSGIRO 65 97 82-7 | INTERNET www.almbyik.se

Laguppställning	Lämnas helst via Eventor innan tävlingsdagen, och senast kl. 12:00 tävlingsdagen vid tävlingskansliet.
Gaffling av banor	Alla klasser har gafflade banor vilket innebär att det finns många banvarianter. Kontrollera därför kodsiffror extra noga.
Start sprintstafett	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.
Priser	Medaljer till de tre första lagen i varje klass. Prisutdelning sker direkt efter tävlingen.

ALMBY IK ÖREBRO
EMAIL info@citysprint.se | TELEPHONE +46 (70) 268 80 80 | ADDRESS Ljungvägen 16, 702 21 ÖREBRO | REG. NO 875000-7265 | PLUSGIRO 65 97 82-7 | INTERNET www.almbyik.se

Övrig information

Huvudfunktionärer	**Tävlingsledare**	Björn Alpberg	+46 (70) 268 8080	bjorn.alpberg@gmail.com
	Bitr. tävlingsledare	Annica Kristoffersson	+46 (70) 646 7304	kristoffersson.annica@gmail.com
	Kartritning	Mats Carlsvärd	+46 (72) 249 2602	mats.carlsvard@gmail.com
	Banläggning	Christer Tapper	+46 (70) 216 5389	tapper.christer@gmail.com
	Tävlingskansli	Karin Kraft	+46 (73) 092 2191	kkraft@bredband.net
	Bankontroll	Martin Regborn		
	Tävlingskontroll:	Torun Pahlm	+46 (70) 293 6214	torun.pahlm@telia.com
	IOF Event Advisor	Bo Månsson	+46 (70) 539 2888	bo.mansson@seaside.se
Tävlingsjury	**Ordförande**	Lars Lindstrøm		ll@do-f.dk
		Thierry Gueorgiou		thierry.gueorgiou@orientering.se
		Sofia Carlsson		sofiacar@yahoo.com



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



- FINFAST AB
- Riksbyggen BRF Propellern
- Länsgården Fastigheter AB
- BRF Förgyllaren i Örebro
- Behrn Fastigheter
- Athena Experiment AB
- Bilgrossisten i Örebro AB
- HSB
- ÖBO AB
- BRF Örebrohus

ALMBY IK ÖREBRO | EMAIL info@citysprint.se | TELEPHONE +46 (70) 268 80 80 | ADDRESS Ljungvägen 16, 702 21 ÖREBRO | REG. NO 875000-7265 | PLUSGIRO 65 97 82-7 | INTERNET www.almbyik.se

Boende (stuga/camping)

För stuglogi och camping i Örebro hänvisas till Gustavsviks camping och upplevelsebad. Boendealternativ: Stugor och husvagnscamping



Ni bokar själv genom att ringa **019-19 69 50** eller maila camping@gustavsvsvik.se och uppge bokningskod "**CITYSPRINT**".

LOST CITY
ÄVENTYRET BÖRJAR HÄR!

Gustavsvik
www.gustavsvik.se

Webblänk till Gustavsvik: www.gustavsvik.se

Boende (hotell)

Elite hotell kan erbjuda två hotell i centrala Örebro och för deltagare i Örebro City Sprint erbjuds specialpriser på boende.



Elite Stora Hotellet.
Ni bokar själv genom att ringa 019-15 69 90 eller maila till reservations.orebro@elite.se och uppge bokningskod "**CITYSPRINT**".

City Hotel Örebro.
Ni bokar Ni bokar själv genom att ringa 019-601 42 00 eller maila till info@cityhotelorebro.se och uppge bokningskod "**CITYSPRINT** ".

Webblänk till Elite Stora i Örebro: www.elite.se/sv/hotell/orebro och www.cityhotellorebro.se

ELITE STORA HOTELLET
ÖREBRO

Online-teknik

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



http://www.lastmile.se/
E-post: tomas@lastmile.se

LMC
last_mile_communication
Official Race Sponsor
Online Controls

ALMBY IK ÖREBRO
EMAIL info@citysprint.se | TELEPHONE +46 (70) 268 80 80 | ADDRESS Ljungvägen 16, 702 21 ÖREBRO | REG. NO 875000-7265 | PLUSGIRO 65 97 82-7 | INTERNET www.almbyik.se



ALMBY IK ÖREBRO
EMAIL info@citysprint.se | TELEPHONE +46 (70) 268 80 80 | ADDRESS Ljungvägen 16, 702 21 ÖREBRO | REG. NO 875000-7265 | PLUSGIRO 65 97 82-7 | INTERNET www.almbyik.se