

PM Fredag 31 augusti - Sprint

Program

kl 12:30-17:30	Tävlingsexpedition öppen vid arenan. Distriktsledare hämtar ut lagkuvert distriktsvis, lämpligen EFTER sprinten.
kl 13:30	Karantänen öppnar. Nummerlappar till sprinten hämtas här.
kl 14:20	Tävlingsområdet avlyst, alla löpare ska befinna sig i karantän.
kl 14:30	Första start.
kl 16:50-17:30	Start öppna banor (starten öppen 40 min).
kl 16:00-17:30	Bussning till Arcus
kl 16:00-17:45	Middag serveras i Arcus
kl 19:00	Samling distriktsvis, inför invigning i Arcushallen.
kl 19:10	Gemensam inmarsch till invigning och prisutdelning.
kl 19:00-22:00	Reception öppen i Arcus.
kl 20:00-22:00	Förbeställd kvällsfika serveras i Arcus

Före tävlingen

Samling	Samlingsplatsen för tävlande och ledare är Gammelstads sporthall, Luleå som ligger 400 meter från Arenan för USM sprint. På intilliggande IP/läktaren finns den för löparna obligatoriska karantänen. Där finns nummerlapparna till sprinten. Vägvisning från väg 97 Luleå-Boden: Avfart Gammelstads Kyrkby mot Gammelstads Centrum/Stadsön.
Parkering	I anslutning till Gammelstads Sporthall, samt längs sidovägen vid Gammelstads IP. Ordinarie parkeringsplatser gäller. Stora bussar kan släppa av deltagare och ledare vid sporthallen. Parkering för bussarna sker sedan vid Wika Möbler. Följ arrangörens skyltning.
Uthämtning av lagkuvert	Uthämtning av lagkuvert görs från tävlingsexpeditionen vid Arenan, lämpligen EFTER sprinten. Lagkuverten är sammansatta distriktsvis. I lagkuvert finns programböcker, matbiljetter för deltagare och ledare samt nummerlappar till långdistans och stafett. Tävlingsexpeditionen är öppen kl 12.30- 17:30.

Avlysning	Tävlingsområdet norr om järnvägen/väg 97 är avlyst för träning/löpning med karta enligt tidigare och helt förbjudet att beträda för löpare och ledare från kl.12.00 tävlingsdagen till dess tävlingen är avgjord. Ledare som varit på arenan får inte återvända till samlingsplatsen före 14:20. Ledare på väg till Arenan måste följa den snitslingen på östra sidan av stadsövägen.
Karantän	Alla tävlande och ledare måste vara i karantän from kl 14:20, efter det är det inte tillåtet att komma in i karantänen. Det är inte tillåtet för löpare/ledare att använda mobiltelefon eller annan kommunikationsutrustning i karantänen. Vi litar på att alla deltagare har en god känsla för gott sportsmannaskap och inte skaffar sig konkurrensmässiga fördelar på otillåtna sätt. Karantänen är belägen på Gammelstads IP, läktaren. Vägvisning från Sporthallen. Nummerlappar finns i karantänen. Avprickning, tömning och check sker vid förstart när löparna lämnar karantän på väg till tidsstarten. Efter genomfört lopp får tävlande inte gå ut i tävlingsområdet, eller återvända till karantänen/förstarten innan tävlingen är avgjord. Ledare som lämnat karantänen är inte tillåtna att komma tillbaka in i karantänen. Det är tillåtet att följa med till tidsstarten me måste därefter gå direkt till Arenan. Följ orange/vit snitsel till tidsstarten.
Väska och överdragskläder	Tävlande kan lämna väska med överdrag och ombyte vid väskinlämningen i karantänen (släpvagn), en för 15-klasser och en för 16-klasser. Väskan transporteras till uppmärkt plats på arenan. Överdrag kan även lämnas vid tidsstarten. Det går att hämta/lämna väska vid karantänen på väg till dusch och omklädning i sporthallen.
Vätska	Vatten vid karantänen och målet.
Klädsel	SKA vara heltäckande. Kontroll sker vid start. Tävlingen avgörs på omväxlande underlag - parkterräng. Det finns tyvärr gott om brännässlor på sina ställen! Asfalt, grusvägar och gräsmattor. Skoval bör anpassas efter väder men en löparsko med grovt mönstrad sula torde vara mest lämplig. Skor med metalldobbar är förbjudet - Världsarv!
Nummerlappar	Självservering i karantän. Ska bäras väl synlig på bröstet (med logga) och på ryggen och får inte vikas. Nummerserier: D15: 1-98, H15: 201-308, D16: 401-499: H16: 601-705
Stämplingssystem	Sportident används. Samtliga SI-typer kan användas. Det är den tävlandes ansvar att få en giltig registrering.
Försäljning	Mindre marka med kaffe, godis mm finns på Arenan. Möjlighet att betala med Swish. Gammelstads Bageri i centrumbyggnaden och sporthallscafé vid sporthallen. Försäljning av öppna banor till publiktävlingen sker vid Arenan.
Ombyte/toaletter	Obs! Inga dubbskor får användas inomhus i sporthallen! Dusch enligt anvisning nedan. Toaletter finns i karantänen.

Under tävlingen

Förstart/start

Förstart: Gå-framtid kommer att visas vid insläpp till förstart. Gå-framtid är lika med löparens starttid enligt startlista. Upprop 10 min före tidsstart. Vakter kommer att finnas vid vägövergångar och efter vägen till tidsstart. Dels för den tävlandes säkerhet, men också för att förhindra att tävlande som redan har sprungit och tävlande som är på väg till start, inte ska kunna förmedla information mellan varandra när de möts på vägen.

Nollning, tömning och check av Si-pinne sker vid förstart.

Orange/vit snitsel från förstart till start, 700 meter.

Uppvärmning sker vid karantän och på väg till tidsstarten.

Tidsstart: Upprop skre 1,5 min före tidsstart. Gå-framtid är den tid som är löparens starttid enligt startlista. Vid upprop går löparen direkt in och tar sin lösa angivelse. Vid nästa pip går löparen fram en fålla och väntar. I tredje fållan finns kartan och den tas sedan i startögonblicket vid nästa signal. (se skiss nedan)

Rödvit snitsel till startpunkt.

Pipklocka kommer att användas vid förstart och start.

Gå-fram tid	Löparen tar angivelse
30sek	Väntar
30sek	Kartan i startögonblick

Sen ankomst.

Vid sen ankomst får löparen starta på halv minut mellan två löpare i klassen.

Tiden räknas dock från ordinarie starttid. Funktionär avgör när starten får ske.

Kontrollbeskrivningar tillhandahålls ENBART lösa vid tidsstarten och finns alltså INTE tryckta på kartan!!. Maxstorlek 5x15 cm.

Ledare bör finnas vid förstarten/karantän och får också vara vid tidsstarten, men i så fall är det inte tillåtet att återvända till karantänområdet, enbart gå till Arenan.

Banlängder

H16: 2 650 meter och 21 kontroller.

H15: 2 520 meter och 19 kontroller.

D16: 2 270 meter och 19 kontroller.

D15: 2 210 meter och 15 kontroller.

Maxtid

45 minuter.

Karta

Skala 1:4 000, ekvidistans 2,5 m, storlek A4, offsettryck. Nyrityd 2018.

Ytterligare information anslås på TC och i karantän. **Närmare information om sprintnormen kommer att anslås i karantänområdet.** Kyrkbyn består av många små stugor, ofta sneda och vinda. Står snett och med många trånga passager, svåra att passera och ofta bevuxna med t.ex. brännässlor!

Det är bara tillåtet att passera mellan kyrkstugorna där det är ritat mellanrum. Där det är för smalt kommer det på vissa ställen vara avspärrat med snitsel för att visa att det inte går passera där.

Där det går passera har kartan ritats med en kartografiskt öppning på min 0,4 mm på kartan vilket motsvarar 1,6 m i verkligheten men många av öppningarna är i verkligheten mycket smalare än så. Principen har varit att en normallöpare ska kunna springa igenom utan att vara tvungen springa i sidled i öppningen. Fotona visar exempel på passerbara öppningar mellan husen



Terräng-
beskrivning

Terrängtyp:Bostads-, skol-, och skogsområden. Stort inslag av cykel- och gångbanor. Alla löpare passerar trafikerade vägar, trafikvakter finns. **Iaktta dock försiktighet.** Generellt sätt mycket god framkomlighet, men trånga passager kan förekomma mellan kyrkstugorna. Oframkomliga/tveksamma passager markerade med **blå-gul** snitsel som förbjuden passage. Kartkompletteringar anslås i förekommande fall i karantän.

Förbjudna
områden

Tomtmark och på kartan markerade områden är självklart förbjudna. Observera också sprintreglerna om förbudet att passera "opasserbara" branter, staket, murar, byggnader, rabatter/planteringar och mörkgröna områden.

Resultat

Resultat kan följas löpande via resultatskärmar på Arenan samt på webben liveresultat.orientering.se

Kontroll-
beskrivningar

Finns ENBART lösa.

Kontroller

Kontroller är markerade med skärm och två SI-enheter med kodsifra (ingen stiftklämma). Det är den tävlandes ansvar att få en giltig registrering. Kontrollvakter finns ute på banan.

Förvarning

Samtliga banor har förvarning ca 1 minut före målgång.

Målgång	Stämpling görs på mållinjen. Den som bryter tävlingen måste också stämpla ut. Kartan får behållas.
Tävlingsledare	Robert Svartholm , 070-6234509
Jury	Åsa Bergfors Småland Filip Karlsson Västergötland Olov Vikström Medelpad

Efter tävlingen

Mål	Målet är vid Arenan.
Avlysning	Löpare får efter målgång inte gå ut i tävlingsområdet (Norr/väster om Stadsövägen), återvända till förstart/karantän/tidsstart eller vägen till tidsstarten så länge tävlingen pågår.
Återvända till arenan	Det är tillåtet att återvända till arenan (för dusch) efter snitslad väg/gångbana SÖDER/Öster om Stadsövägen och att återvända till Arenan samma väg.
Nedjogging	Arenan och området mellan Stadsövägen söder om kyrkbyn och järnvägen får användas. Det är tillåtet att jogga ner i anslutning till vägen mot Arenan, men enbart på södra/östra sidan av vägen.
Väskor och överdragskläder	Väskor från karantänområdet samt överdrag från tidsstarten hämtas vid uppskyldad plats på Arenan, eller hämtas vid karantän.
Dusch och toaletter	Toaletter och dusch finns i Gammelstads sporthall och i karantän.
Försäljning	Enklare fikaförsäljning finns på Arenan, men i övrigt hänvisas till Gammelstads Centrum (400 meter) - se ovan
Sjukvård	Finns hjälp till egenvård vid arenan. Gammelstads Hälsocentral vid Samlingsplatsen
Resultatlista/Kartor	Resultatlista anslås vid incheckningen på Arcus. Kartor delas ut distriktsvis i tävlingsexpeditionen i Arcus
GPS/vägvalsanalys	Banorna kommer att finnas på Livelox direkt efter tävlingen. Ladda gärna upp ditt GPS-spår.
Fältmåltid	Serveras i Arcus 16:00 till 17:45. Gäller för USM-deltagare och de som förbeställt.
Regelöverträdelse	Anmälan om överträdelse av tävlingsreglerna eller tävlings-PM görs först muntligt till tävlingsledningen före tävlingens slut. Denna tidpunkt infaller då maxtiden för sist startande löpare går ut. Tävlingsledningen fattar först ett beslut om hur sådan protest ska hanteras.

	Efter beslut av tävlingsledningen kan protest mot detta beslut lämnas skriftligt till tävlingsjuryn av den som berörs av beslutet eller dennes förening/distrikt. Ingen avgift tas ut för protest.
Öppna klasser	Samtliga fyra tävlingsbanor kan väljas. Anmälan på Eventor senast torsdag 30 augusti eller på Arenan kl 14:00-17:00. Avgift ungdom 60 kronor, vuxen 110 kronor. Start mellan kl 16:50 och 17:30. Fri starttid med startstämpling. Tidigaste tid att lämna arenan är 16.30. Gångväg 200 m orange/vit snitsel.
Invigning och prisutdelning	En upplevelse du sent ska glömma. Ställ upp er distriktsvis vid rätt skylt utanför Arcushallen där en invigningsparad kommer att genomföras. Samling 19:00. Kom i tid! Vi börjar 19:10 med avmarsch mot ceremoniplatsen. Ceremonin kommer att hållas inomhus. Priser till de 10 främsta i varje klass.
Incheckning till boende	Från kl 19:30 kommer det att vara möjligt att checka in till boendet i Arcushallen.
Kvällsfika	Kvällsfika serveras kl20.00–22.00 i Arcus till de som beställt detta.
