



Gävle OK

PM
Gävle Indoor
lördag
26 januari 2019



Vallbacksskolan

Damklasser

D60-
D45-59
D17-44

Herrklasser

H60-
H45-59
H17-44

Ungdomsklasser

HD16
HD14
HD12
HD10

Öppna klasser

ÖM3
ÖM5
ÖM8
U1 (skuggning)

Tävling

Inomhusorientering

Samling

Vallbacksskolan i centrala Gävle (<https://www.hitta.se/kartan?s=c478bb41>).
Ingång till tävlingen kommer att vara på skolans baksida. Följ skyltning.

Transport

Parkering mot avgift vid Lantmäteriet/Fjärran höjder, 400 meter till arenan (<https://www.hitta.se/kartan?s=c0005a6b>). Fri parkering Högskolan i Gävle, 900 meter till arenan (<https://www.hitta.se/kartan?s=1f76d6da>).

Kollektivt: Avstånd från busshållplats Rådhusorget i centrala Gävle är 500 m och avstånd från Centralstationen för resande med tåg är 900 m.

Anmälan

Anmälan görs via Eventor senast 20 januari 23:59. U1-klass eller ÖM-klasser kan anmälas på plats. Anmälningsavgiften är 75 kr för ungdomar och 130 kr för vuxna. Efteranmälningsavgift 50% på ordinarie avgift fram till 23 januari 23:59. Avgift faktureras klubbarna i efterhand. Klubblösa och utländska löpare betalar på plats.

Arena

Vallbacksskolan är en av Gävles högstadieskolor där det går ca 400 elever. Skolan är i fyra plan. Målområdet är i anslutning till skolans matsal.

Start

Första start 10.30. Starten är bredvid skolans matsal, som är tävlingens TC. 2 minuters gå-fram-tid kommer att användas.

Ungdomsklasserna H/D10, H/D12 och H/D14 får titta på kartan 1 minut innan start. Fri starttid för ÖM-klasser och U1 mellan kl 11:00-13:00.

Uppvärmning

Utrymmet vid starten är väldigt begränsad, så all uppvärmning sker utomhus. Kom ihåg uteskor till detta!

Karta

Nyritad karta av Ebba Ottoson, Sara Åbom och Alfred Liljeström. Karta granskad av Jerker Boman. Skala 1:550. Skuggningskarta i svartvitt för U1.

Stämplingssystem

Sportident. Anges vid anmälan. Anmälan utan SI-bricka medför automatiskt hyrbricka. Avgift för hyrbricka 30 kr. Ej återlämnad debiteras med 400 kr.

Kontrolldefinition

I alla klasser.

Kartecken

Kartecken

	Trappa (byte av våning)		Toalett/Handfat		Höga skåp
	Trappa		Speciellt vattenföremål		Soptunna
	Golv		Golvbrunn		Höjdkurva
	Tillåten utepassage		Soffa/Bänk		Växt
	Förbjudet område		Fåtölj/Bord med bänk		Pelare
	Enkelriktad passage		Bord/Låga skåp		Speciellt föremål

Klädsel och utrustning

Regler och säkerhet

Endast rena skor (för inomhusbruk) är tillåtna. Dobb- och dubbskor är förbjudna, gäller även skor med plastdobb.

Vid markering för "enkelriktat" får endast redovisad riktning användas. Löpare som springer mot enkelriktat diskvalificeras. Kontrollanter kommer att finnas. Dörrar som får passeras kommer att vara uppställda under tävlingen. Vänligen låt kilar och uppställningsanordningar vara under tävling. Stängning eller öppnande av dörrar leder till diskvalificering.

Utepassager kommer att finnas.

Trappor finns i både spiralform (utomhus) och vanliga raka. Vänligen visa respekt för andra löpare i trappor. Observera att spiraltrappan utomhus endast få användas för att ta sig uppåt.

Vid brandlarm ska närmaste utrymningsdörr användas. Samling på fotbollsplanen utanför skola.

Nummerlappar

Inga nummerlappar.

Resultat

Resultat kommer redovisas live. På evenemanget i eventor kommer det finnas en länk till resultaten. Inga resultat kommer ansås, men en dator kommer finnas tillgänglig för att kolla sitt resultat.

Priser

Priser till de främsta i D/H 17-44 samt i ungdomsklasserna. U1 pris till alla.

Maxtid

2 timmar och 30 minuter

Marketenteri

Välsorterat marketenteri finns.

Toalett och dusch

Toaletter finns inomhus, ingen dusch kommer att erbjudas.

Tävlingsorganisation

Tävlingsledare: Maria Norin (076-780 64 34), Biträdande tävlingsledare: Patrik Ottosson, Banläggare: Alfred Liljeström, Tävlingskontrollant David Hector, Bankontrollanter: Erik och Mårten Olsson

Övrigt

Gävle OK firar i år 70-årsjubileum. I och med detta kommer vi att spela musik från varje årtionde i olika rum. Efter målgång kommer det finnas möjlighet att delta i en tävling där man får gissa i vilket rum det spelades musik från vilket årtionde.

På TC kommer man kunna följa en livesändning från en kontroll i skolan.

