

Stockholm Indoor Cup - Kartinformation samt speciella regler

Det är ju ändå särskilt med inomhusorientering, det går inte att göra allting på samma sätt som skogs-OL. Vad har till exempel ett bord för karttecken? Hur byter man våning? Får man ta ett vägval som går utomhus? Det här är vad som gäller!

Inomhusorienteringens principer och regler: I stort sett går hela banan inomhus. Det är ej tillåtet vid något tillfälle att springa utanför byggnaden, enda undantaget är vid utomhuspassagerna på etapp 2.

Det finns ett antal förbjudna områden och förbjudna passager på kartan. Det är absolut förbjudet att springa igenom dessa. De förbjudna områdena och passagerna kommer att vara markerade tydligt med heldragna snitslar. Det kommer att finnas kontrollanter i tävlingsområdet. Passage medför diskvalifikation.

De dörrar som man får springa genom är öppna. Öppna dörrar är redovisade på kartan som en öppning i väggen. **Det är strängt förbjudet att öppna dörrar, det går att ta sig till alla kontroller ändå!**

Inomhusorientering innebär stundtals trånga passager, snäva hörn och smala trappor, vilket innebär en stor krockrisk. 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! Några trappor kommer att ha mycket hög belastning, därför gäller högertrafik i trapporna. Håll till höger så går det smidigast för alla.

Det kan kanske vara lockande att hoppa över ett bord, eller snedda i en trappa. Detta är dock inte tillåtet, spring runt möblerna! Vissa möbler kommer vara markerade med heldragna snitslar för att förtydliga vad som är tillåtet och inte.

Det är förbjudet att skaffa sig "otillåten fördel" innan start. Detta kan innebära att titta på andras kartor, prata med andra om banan eller att gå runt i tävlingsområdet innan start. Detta är extra viktigt vid inomhusorientering då man kan skaffa sig stora fördelar. Kartorna samlas inte in efter målgång. För en rättvis tävling, snälla håll er på arenan och titta inte på någon annans karta innan start, det är en förtroendefråga!












Även efter målgång är det inte tillåtet att besöka tävlingsområdet, förutom vid "skuggning". Skuggning är tillåten i U2.

Det finns en del känslig och mindre känslig utrustning i båda skolorna. Även om banorna är lagda på sådant sätt att materialskador inte bör kunna ske finns det ändå en risk. Om något går sönder, meddela en funktionär omedelbart! Du blir ersättningsskyldig för eventuellt trasig utrustning.

Karta: Kartorna är helt nyritade för SIC. Båda etapperna kan upplevas svårlästa för vissa, ta med lupp om du känner dig osäker. Kartorna behöver nödvändigtvis inte vara orienterade

mot norr, det finns heller inga medianer på kartan, vi rekommenderar därför att man springer utan kompass.

De vanligaste karttecknen:

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		

Förbjudna områden är markerade med violett raster på kartan.

Möbler på hjul är generellt inte redovisade (tydliga undantag finns), likaså mindre möbler såsom stolar.

Kartorna kommer inte att ligga i plastfickor. Om du önskar plastficka, ta med egen. Kartans storlek är A3 på lördagen och söndagen.

Kartan är ritad med varje våningsplan för sig. Man byter våningsplan med hjälp av trappor.

Trappor: Samtliga trappor är markerade med en bokstav, en pil och röd färg. Alla trappor i samma trapphus har samma bokstav. Pilen pekar uppåt i trappans riktning. Springer du i pilens riktning springer du uppåt. Ett exempel: Om du på våning 1 springer upp vid den röda trappan A, kommer du upp på våning 2 där det står A. **Det finns ett exempel på Eventor**, och det kommer även att anslås på arenan. I år kommer det också finnas avspärningar i trappor, dessa är markerade med heldragen snitsel och fungerar precis som vilket förbjudet område som helst, förbjudet att passera.

Enkelriktad passage: I år kommer vi att använda oss av enkelriktade passager. Dessa är markerade med stora röda pilar på kartan. Regeln för dessa är att du bara får springa i en given riktning när du är inne på dessa områden. Om du har sprungit in i ett område där det finns en enkelriktad passage får du inte vända när tex du kommit halvvägs. Så fort du tagit ett steg i den enkelriktade korridoren/passagen måste du fortsätta i den riktning som visas. I verkligheten kommer det även finnas skyltar, pilar på golvet och personal så att det blir så tydligt som möjligt var en enkelriktad passage börjar och slutar. **Se kartexempel på Eventor** för ytterligare information kring enkelriktade passager!



Skylden till höger kommer finnas utplacerade vid enkelriktade passager, du får aldrig springa i riktning mot denna skylt.

Kontroller: Då det svåra i inomhusorientering oftast inte är att hitta själva kontrollen utan snarare hitta snabbast vägen till kontrollen kommer ingen kontroll att ha en skärm. Endast enheterna är utplacerade. Oftast sitter de fasttejpade med tejp. Dock kommer startpunkten ha en skärm som vanligt. Tänk också på att enheterna sitter otroligt tätt på vissa ställen (mindre än 2m!!), titta därför en extra gång på kodsiffran.

Övrigt: Har vi missat något, tveka inte att höra av er till tävlingsledningen, vi svarar gärna på alla tänkbara frågor! Maila oss på info@stockholmindoorcup.se.

Lycka till! Ta det lugnt. Resultatet avgörs till stor del av orienteringsförmågan och inte av hastigheten du håller. Ett bra tips är att hitta hur du ska springa, hela vägen, innan du ens börjar röra på dig!

*Varmt välkomna önskar Stockholms Inomhusorienterare och
Fredrika Bremergymnasiets orienteringsakademi!*

