



PM INDOOR KM 2019

Plats

Fredrika Bremergymnasiet, Dalarövägen 64 , Haninge

[Tryck här för google maps beskrivning](#)

Det går att parkera i närområdet, det finns många parkeringsplatser runt om. Annars går det såklart att åka kollektivt dit då man kan ta buss 865 från Sördalavägen (Huddinge) mot Handen, gå av vid Söderbymalmsskolan Eller åk tåg till Handen och sedan gå resten av biten. Kolla SL.se. Samling sker innanför huvudentren på västra sidan av skolan. Inga andra ingångar får användas för att komma in i skolan pga tävlingsområde.

Banor

Vi erbjuder banor i tre olika svårigheter: lätt (som är i ungefär U2 svårighet) mellan (som är i ungefär HD 14/ 16 svårighet) svår (som är i ungefär herrar/ damer svårighet)

Karta

Karta använd från SIC, ritad 2013 av Martin Gelinder och Assar Hellström, reviderad och nyritad 2016 av David Hector, Assar Hellström och Alice Törnlund. Ej reviderad till denna tävling så ha överseende för att vissa delar kan se annorlunda ut i verkligheten, tex placering av bord.

Terrängbeskrivning

En underbar skola belagd i fina Haninge. Den är stor och har bra inomhusorienteringsmöjligheter. Den har tre våningar som bjuder på klurig orientering. Tidigare har flera SIC tävlingar hållits där. Många av våra unga klubbmedlemmar går, har gått eller ska börja på Fredrika Bremergymnasiet.

Underlaget under tävlingen kan variera, det kan vara stengolv eller plastgolv osv.

Karttecken

A		Trappa		Skåp/Hylla
		Bord		Toalett/Handfat
		Växt/Träd		Bänk/Fåtölj/Soffa
		Golv		Tillåten utepassage
	x	Ovanligt föremål		

Uppvärmning/ nedjogg

Det finns begränsad plats att värma upp och jogga ned på vid arenan så vi föreslår att göra det utomhus. Men kom ihåg att om man ska gå ut så får man ej ha samma skor som man ska springa med inomhus.

Klädsel

Du får ha på dig det du behagar.

OBS! Spring endast med inomhusskor!!!

Start

Starten ligger i anslutning till arenan.

Fri start 18:30-19:15

Startstämpling används.

Start sker vid hel minut, klocka kommer finnas. En start per minut i svår och medel, på lätta banan är det okej att starta flera samtidigt.

Endast lätta banan får kolla på kartan innan start.

Direktanmälan

Går att anmäla sig på plats från ca 18:30 så länge det finns kartor

Kontroller

Endast SI enheter, inga skärmar är utsatta.

Kontrolldefinitioner

Kontrolldefinitioner finns löst och på kartan.

Stämplingssystem

Vanlig sportident används. Egen bricka används, vilket du anmäler i Eventor, men såklart erbjuder vi lånebrickor.

Tävlingsregler

Vi kommer inte ha möjlighet till att ha många funktionärer ute på banan så vi litar helt enkelt på att ni följer reglerna utan problem. Det blir inte kul om man fuskar, tex hoppar över någon avspärrning eller öppnar någon dörr. Så vi ber er följa reglerna så att det blir en trevlig tävling för alla, det går alltid att ta sig till varje kontroll utan att fuska, det kanske bara är svårt att hitta lösningen.

<https://eventor.orientering.se/Documents/Event/45486/1/Regler---kartinfo> Här hittar ni fullständiga tävlingsregler för just inomhusorientering. Det är direkt kopierat från SIC 2019 då samtliga regler gäller för vår tävling också.

Säkerhet

Eftersom att tävlingen sker inomhus blir det annorlunda säkerhetsregler än vanliga tävlingar. Det kommer såklart finnas snäva hörn så var försiktig där så att det inte sker några krockar. Stanna gärna inte heller i trappor eller dörröppningar för att läsa kartan eftersom att det kan betyda trafikstockning vilket inte blir riktigt lika kul.

Vi ber också om att ni ska ha respekt för lokalerna eftersom att vi endast är gäster där. Om någonting skulle trilla ner ber vi er att plocka upp och lägga tillbaka det på samma plats. Om någonting skulle gå sönder ber vi er att rapportera det och ni blir själva ersättningsskyldiga.

Vi kommer inte heller ha möjlighet till många funktionärer ute på banan så om det skulle hända någonting så får ni ta er tillbaka till arenan där vi gärna hjälper till, annars kan ni säkert fråga någon av de andra löparna som hjälper er att rapportera det till någon funktionär.

Om brandlarmet skulle gå, använd närmaste dörr ut. Återsamling sker utanför huvudingången, utanför ingången till arenan.

Maxtid

Ingen maxtid finns men målet stänger ca 20.00 så se till att vara i mål innan det.

Service på arenan

På arenan finns toalett och sekretariat. Ingen dusch erbjuds.

Övriga frågor och funderingar

Vid frågor och funderingar kontakta Cecilia Hector, via mejl till cissi.hector@hotmail.com eller via sms på 073-089 50 81

Huvudarrangörer

Tävlingsledare: Cecilia Hector

Banläggare: Cecilia Hector, Elin Wolgast

Bankontrollant: David Hector

Sekretariat: Andreas Boräng

Lycka till!



ungoteket