

Stockholm City Cup

Tävlings-PM – Etapp 1 V Rålambshovsparken och Konradsbergsparken

Onsdagen den 15 maj 2019

Välkomna till årets första deltävling i Stockholm City Cup. Tävlingsområde är Konradsbergs- och Rålambshovsparkerna. Arena är i Konradsbergsparken.

Samling Arena i Konradsbergsparken.

Bilparkering Ingen av arrangören ordnad bilparkering. Cyklar kan ställas i anslutning till arenan.

Allmänna kommunikationer Tunnelbanans gröna linje till station Thorildsplan, Utgång söderut till Konradsbergsparken. Arenan finns c a 100 m österut i parken

Avlyst tävlingsområde Båda parkerna med anslutande byggnader och skolgårdar.

Sprintnorm



Kartan är ritad i sprintnorm, vilket innebär att det är förbjudet att passera branter som är markerade som oframkomliga enligt normen. Detsamma gäller staket, plank, murar som är markerade som opasserbara (tjockt svart streck) och tomtmark. Det är alltid förbjudet att beträda planteringar även om det inte finns avgränsning med staket eller snitsel. Du får heller inte passera vegetation som är markerat med mörkgrönt.

Överträdelse medför diskvalifikation – det kommer att finnas vakter längs banorna.

Uppvärmning Till de tävlande vädjar vi om sportslighet att inte besöka tävlingsområdet före start utan sköta uppvärmning i parkområdet mellan Mål och Start.

Klädsel Valfri klädsel på benen och valfria skor, dubbfria rekommenderas.

Stämplingssystem Elektronisk stämpling med SportIdent med AIR+ aktiverat dvs SIAC kan användas med kontaktlös stämpling. Hyrbrickor lämnas tillbaka vid målgång. Borttappad bricka debiteras klubben.

Start Första start är kl. 18.30. Startlista är tillgänglig på Eventor och hemsidan senast tävlingsdagens morgon och på arenan. Det finns ingen maxtid, men målet stänger kl 20.30. Se till att du får en starttid som gör att du hin100ner med ditt lopp till denna tid.

Start för alla klasser 100 m från arenan.

Nummerlapp Självservering vid start. Tag rätt nummerlapp. Nummerserier för resp. klasser:

H21	1-399
H50	1701-1899
H16	1601-1679
H14	1401-1489
H12	1201-1279
D21	501-799
D50	1901-1999
D16	1501-1569

D14 1301-1369

D12 1101-1169

Klasserna ÖM3 och U2 har ingen nummerlapp.

Tag med EGNA SÄKERHETSÅLAR.

Startprocedur

H21 och D21 samt H50 och D50 (startstämpling)

Tre minuter före start sker upprop i startfällan.

Vid startpersonalens kommando "Gå" får du en karta varefter du startar genom att stämpla vid startenheten.

Ungdomsklasser H16, H14, H12, D16, D14, D12 (tidsstart, EJ startstämpling)

Tre minuter före start sker upprop i startfällan.

Kartan får ses 1 minut innan tidsstart. **Gäller dock inte HD 16 som får sin karta i startögonblicket.**

Ingen startstämpling.

Ungdomsklass U2 (fri start)

Fri starttid mellan 18.30-19.30 och tillåten ledarhjälp på banan.

Startstämpling.

Öppen motionsklass ÖM3 (fri start)

Fri starttid mellan 18.30-19.30.

Startstämpling.

Målgång

Målstämpla före målskynket. Därefter ska din löparbricka läsas av målpersonalen.

Hyrd bricka lämnas därefter åter.

OBS! Om du bryter tävlingen MÅSTE du gå till målet och läsa av löparbrickan.

Banlängder

H21: 2,6 km

D21: 2,2 km

H16: 2,3 km

D16: 1,8 km

H14: 1,5 km

D14: 1,5 km

H12: 1,3 km

D12: 1,3 km

H50: 2,1 km

D50: 1,8 km

U2: 1,1 km

Ö3: 1,7 km

Karta

Kartan är i skala 1:4 000 med ekvidistans 2,5 meter utom för klasserna H50, D50 och ÖM3, som har skalan 1:3 000.

Kartförklaring

Lokala tecken: x = Lekställning

Terrängbeskrivning

Tävlingsterrängen har områden med olika karaktär. Det finns öppen parkmark med ett nätverk av gång- och cykelvägar samt vissa inslag av stora träd. Skog saknas i princip helt. Det finns också tätbebyggda bostadsområden med gångar, gränder och trappor. Området är måttligt kuperat.

Bostadsrättsföreningarnas gräsytor är känsliga, så använd i möjligaste mån hårda ytor att springa på.

Tävlingsområdet är relativt fritt från trafik. Iaktta försiktighet vid passering av

vägarna. Normala trafikregler gäller och du deltar på egen risk.

Visa hänsyn till gående och andra tävlande då det finns en del trånga passager. Kartans markering av tomtmark gäller alltid (får alltså inte beträdas).

Kontroller	Träböcker med orange-vit nylonskärm. Stämplingsenhet SportIdent med kodsiffra på ovansidan. Kontrollera kodsiffran vid stämpling! Kontrollerna skall tas i rätt ordningsföljd.
Kontrollbeskrivning	Kontrolldefinitioner är tryckta på kartan. Lösa kontrollbeskrivningar finns till samtliga klasser.
Stämpling	När du stämplar med SportIdent löparbricka MÅSTE du få en RÖD ljussignal och ett PIP från kontrollenheten som bekräftelse på att du stämplat. Du kan stämpla flera gånger vid samma kontroll. Bara den första stämplingen lagras. Om du stämplar vid fel kontroll är det bara att springa till rätt kontroll och stämpla där.
Kartutlämning	Tävlande får behålla kartan vid målgång. Visa inte kartan för tävlande som ännu inte startat - det är en förtroendefråga.
Anmälan	Ordinarie anmälan sker via Eventor fram till söndagen 13 maj kl 24.00.
Efteranmälan	Efteranmälan kan endast ske på arenan kl 17.00-19.00 på tävlingsdagen.
Anmälningsavgift	Ungdom 70 kr, vuxna 120 kr. Efteranmälan har 50 % förhöjd avgift. För ÖM3 och U2 är det ingen förhöjd efteranmälningsavgift. Hyra av löparbricka 30 kr per etapp. Stockholm City Cup fakturerar SOFT-registrerade klubbar efter varje etapp. Löparesom ej tillhör klubbar anslutna till SOFT betalar anmälningsavgiften på plats före start eller betalas via plusgiro 123 55 34-3 senast en vecka före tävlingsdagen.
Dusch och Toalett	Toaletter finns på arenan. Ingen dusch finns.
Servering	Välserverad traditionell SCC-servering på arenan med bl a korv, läsk, kaffe, te, kladdkaka, kaffebröd, toast och godis. Det går bra att använda Swish för betalning i serveringen. Välkomna!
Sportförsäljning	Ingen sportförsäljning på etappen.
Resultat	Rapporteras live, publiceras på SCC:s hemsida samt på Eventor.
Prisutdelning	Prisutdelning sker endast för det sammanlagda resultatet efter tre etapper. Inga etapp-priser delas ut.
Tävlingsregler	SOFT:s tävlingsregler samt Sprintnormen, se vidare ovan och på SCC:s hemsida
Regler inför finalen	Jaktstart genomförs för deltagare i klasserna H21, H50, H16, H14, D21, D50, D16 och D14 som ligger max 8 min efter ledaren efter två etapper. Löparen med bäst sammanlagd tid startar först.
Tävlingsledning	Etappansvarig: Jan Falk, Sundbybergs IK Banläggare: Jonas Carlsson, Sundbybergs IK Bankkontrollant; Joakim Skantze, Sundbybergs IK Bancoach: Björn Nyqvist, OK Södertörn Tävlingsansvarig: Olle Blomgren, OK Södertörn
Information/Hemsida	www.stockholmcitycup.se

