



Kartinformation samt speciella regler



Inomhusorientering är olik vanlig orientering på många sätt därför har vi tagit fram ett dokument med lite regler och annan användbar information. Hur ser till exempel en krukväxt ut på kartan? Hur byter man våning? Får man ta ett vägval som går utanför huset?

Allmänna regler

Som namnet antyder är inomhusorientering något som sker just inuti en byggnad, därför är det strängt förbjudet att springa utanför byggnaden. Det enda undantaget är i de tydligt markerade utomhuspassagerna.

Alla dörrar som är öppnade får man springa igenom. En öppen dörr redovisas på kartan som en öppning i väggen. Det är strängt förbjudet att öppna dörrar. Du kan ta dig till alla kontroller ändå.

På kartan kommer det att finnas ett antal förbjudna passager och områden, som namnet antyder är det absolut förbjudet att springa genom dessa. De förbjudna områdena kommer att vara tydligt markerade och kontrollanter kommer att finnas ute på banan, överträdelse medför diskvalifikation.

Det är inte tillåtet att hoppa över bord eller andra möbler, spring runt dem. Det kan finnas viss känslig utrustning, men banorna kommer läggas så att ingen materialskada kan förekomma men om något går sönder kontakta en funktionär omedelbart.








Inomhusorientering innebär stundtals trånga passager, snava hörn och smala trappor, vilket innebär en stor krockrisk. Använd sunt förnuft och se dig för, ta det lugnt- framför allt runt snava hörn. Vi vill ha en skadefri och framför allt rolig tävling för alla!

Några trappor kommer att ha hög belastning därför gäller högertrafik, håll till höger så går det smidigast för alla. Det är förbjudet att skaffa sig "otillåten fördel" innan start. Det kan innebära att titta på andras kartor, prata med andra om banan eller gå runt på tävlingsområdet. Det är extra viktigt på inomhusorienteringar då det kan innebära en stor fördel. Därför kommer kartor att samlas in efter målgång. Som arrangör ber jag er att bete er sportsligt och inte skaffa er några "otillåtna fördelar". Men som på vilken annan orienteringstävling som helst gäller "fair play".

Karta

Kartan vid inomhusorientering är annorlunda än en vanlig orienteringskarta, då det förekommer flera tecken som är unika, därför har vi gjort det här informationsbladet. Etapperna kan upplevas som svårlästa av vissa, ta med en lupp om du känner dig osäker. Kartorna behöver inte vara orienterade mot norr, därför är kompass inte nödvändigt. Kartans skala är konfidentiell.

Karttecken förklaring

	Bord och bänkar
	Skåp och hyllor
	Trappa
	Utepassage
	Golv
	Pelare
	Enkelriktad passage

Mindre möbler såsom stolar är inte redovisade, vissa undantag kan dock förekomma. Ej heller väggfasta möbler såsom hyllor är med.

Våra kartor kommer inte ligga i plastfickor, om du önskar plastficka ta med en egen i storlek A3. Utepassager förekommer och vid "dåligt" väder såsom snö kan det vara bra att ha.

Kartan är ritad med våningsplan, du byter våningsplan med hjälp av trappor.

Trappor: samtliga trappor är markerade med en bokstav, höjdbrun färg och en pil (undantag för spiraltrappor och dylikt). Alla trappor i samma trapphus är markerade med samma bokstav. Pilen pekar uppåt, om du springer i pilens riktning springer du uppåt. Ett exempel lånat från viken Indoor är följande; om du på våning 1 springer upp för trappa A så kommer du ut på våning 2 i trappan där det står A. Om ni känner er osäkra rekommenderar vi Stockholm Indoor Cups hemsida.

Våningar: Våningarna kommer ligga ovanpå varandra, våningarna kommer även att vara markerade med siffror som går uppåt och nedåt från entrévåningen som är markerad som våning 0, källare är -1 och övervåning är markerad med 1 osv.

Kontroller: då det svåra i inomhusorientering inte är att hitta själva kontrollen utan vägen till den så kommer inga kontroller ha skärmar. Endast enheter kommer vara utplacerade och enheterna kommer oftast vara fasttejpade med silvertejp. Enheterna sitter inte alltid där de är som mest synliga. Tänk på att enheterna sitter otroligt tätt på vissa ställen, titta därför en extra gång på kontrollsiffrorna. Startpunkten kommer dock att ha en skärm som vanligt.

Utepassager: ett antal utepassager förekommer på etapperna, de kommer att vara tydligt markerade med snitslar och kommer även skottas vid behov.

Enkelriktade passager: löparna kommer att stöta på korridorer markerade på kartan med röda pilar, de kommer vara tydligt utmärkta på banan med skyltar och pilar på marken.



I dessa korridorer är den enda tillåtna löpriktningen i pilens riktning. Om du kommit in i en enkelriktad korridor får du inte vända om och gå tillbaka. Så fort du stigit in i den enkelriktade passagen måste du alltså fortsätta i den riktning som visas. Som sagt kommer dem vara tydligt markerade och kontrollanter kommer att finnas för att kontrollera att allt går rätt till.

Övrigt: Om vi missat något tveka inte att höra av er, vi svarar gärna på alla frågor! Tveka inte att maila oss på indoorcup@outlock.com