



Stockholm Indoor Cup 2020

Världens största inomhusorientering!



Lördag 1 februari - Etapp 1: Viktor Rydbergs samskola, Viktor Rydbergs väg 2, 182 62 Djursholm, Se karta: <https://goo.gl/maps/hCxWMBfvTQJ3FSCYA>. Åk Roslagsbanan (mot Näsbyпарк) och hoppa av vid Östberga station. Därefter 650 m snitslad väg till arenan. Det finns inga stora parkeringsplatser i området men fri parkering gäller på gatorna i närheten. Parkera förståndigt! Ca 150 p-platser (gratis) finns vid station Djursholms Ösby, 1,6 km från arenan. OBS: Ingen parkering på skolgården eller på Viktor Rydbergs Väg!

Söndag 2 februari - Etapp 2: Södertörns Högskola, Alfred Nobels allé 7, 141 89 Huddinge, Se karta: <https://goo.gl/maps/vwecvqhDdmN62Dcw6>. Res med pendeltåg eller regionaltåg och hoppa av vid Flemingsbergs station. Därefter 400 m snitslad väg till arenan (snitslat och lika långt från både norra och södra uppgången). Det finns gott om parkeringsplatser i p-garage vid Huddinge sjukhus, vid Flemingsbergs centrum och vid ICA Maxi Flemingsberg. Kolla parkeringsregler nogga.

Maxtak & direktanmälan: Vi har uppnått maxtaket för antal startande på lördagens etapp, därmed kommer vi inte att sälja direktanmälan på plats. Till söndagens etapp är direktanmälan möjlig till motionsklasserna, U1 och U2. Avgift 125 kr för vuxna, 70 kr för ungdomar. Direktanmälan vid informationen.

Ändringar och avanmälan: Använd formulären som finns länkade på Eventor! Om du är sjuk eller inte kan springa är det bra om du lämnar återbud då en annan person kan få chansen! Ändringar kommer kunna göras i informationen under tävlingsdagarna.

Direktanmälan (endast söndag, etapp 2): Vi har ett begränsat antal kartor till fördelning, först till kvarn. Direktanmälan kan göras till motionsklasserna och U-klasserna i informationen. Kostnaden är 125 kr för vuxen och 75 för barn.

Start: Avstånd till start är ca 100 m båda dagarna. Första start båda etapperna är kl 10.00, 3 minuters gå-fram-tid. Start sker med starttid (ej startstämpling) i alla klasser utom motions- och U-klasser. Ungdomsklasserna H/D12 och H/D14 får titta på kartan 1 minut innan start. Klubbblösa och tävlande från utländska klubbar skall betala på plats om inte så redan har skett, betalning sker i informationen, vi tar emot kort, Swish och kontanter. Ni kan betala hela lördagen eller innan start på söndag.

Stämplingssystem: Sportident, alla varianter går bra att använda (SIAC kan användas men inte touchfree-funktionen). Hyra av SI-bricka 30 kr, hämtas i info. Glöm inte att lämna tillbaka pinnen, ej återlämnad bricka debiteras med 500 kr.

Både SIAC, SI-card 11 och SI-card 10 (med blinkfunktion) riskerar att inte hinna blinka klart innan det är dags för nästa stämpling, eftersom kontrollerna sitter tätt. Vid sekretariatet finns möjlighet att ställa om tiden så att pinnen blinkar kortare tid, och ställa tillbaka efter tävlingen.

Maxtid: Ingen maxtid, men målet stänger 15.30 båda dagarna (1 timme efter sista start), om du startar väldigt sent och tror att du riskerar hålla på längre än maxtiden, gå till informationen och undersök om du kan få en tidigare starttid.

Karta och regler: Nyritade kartor från 2019/2020. [Kompleta regler och kartnorm](#) kommer att finnas på Eventor och på arenan.

Vi ser ett starkt växande intresse för tävlingen, vilket är jättekul på många sätt - men att finna lämpliga byggnader är svårt. Vi ber er ha överseende med om arenor och tävlingsområde upplevs som trång. Läs mer under etappspecifik information nedan.

Kartorna ligger inte i plastfodral, ta med själv om du önskar detta (kartan blir inte blöt, så risken för att den går sönder är liten). Storleken är A3 för samtliga klasser båda dagarna utom U1 (som har A4-karta båda dagarna). På lördagens etapp (E1) finns definitionen även tryckt på kartan. På söndagen finns endast lösa definitioner (men kan häftas fast på kartan för den som önskar). I U1 kommer då kodsiffran stå bredvid kontrollnumret på kartan på söndagen, E2 (likt 25-manna).

Banlängderna som står i startlistorna är ej den verkliga banlängden då kartan har flera våningar och det går ej att räkna ut den verkliga löpsträckan.

Klädsel och utrustning: Endast rena skor (för inomhusbruk) är tillåtna, kontroll kommer att ske. Dobb- och dubb skor är totalt förbjudna, även skor med plastdobb! Heltäckande klädsel behövs inte.

WARNING: Det är oundvikligt med snäva hörn, smala trappor och mötande löpare flera gånger under banan. I och med det höga deltagarantalet kommer det också att vara trångt på vissa ställen. Det kommer även finnas enkelriktade korridorer, läs kompletterade [dokument på Eventor](#). Använd sunt förnuft, ta det lugnt, framför allt runt snäva hörn. Vi vill ha en rolig tävling för alla!

Flera trappor kommer att ha mycket hög belastning, därför gäller högertrafik i trapporna. Av erfarenhet vet vi också att man kan behöva stanna för att titta på kartan, undvik att göra det i trapporna eller i smala dörröppningar så att snabbare löpare kan passera.

Vi är gäster och ber er att ha respekt för lokalerna - ta det lugnt så att ingenting förstörs. Om ni har ner något från en hylla, vänligen lägg tillbaka det på samma plats, eller, om det går sönder, meddela närmaste funktionär. Ni blir ersättningskyldiga, så ta det lugnt där inne!

Säkerhet: Funktionärer finns strategiskt utplacerade i tävlingsområdet ifall det skulle hända något (personskada, något som går sönder osv). Samtliga funktionärer på banan kommer att ha reflexvästar. Funktionärer har rätt att passera avspärningar och stängda dörrar men det betyder inte att ni kan göra det - tveka inte att ta kontakt med en funktionär om det behövs!

Om brandlarmet skulle ljuda, använd närmaste nödutgång. Kameraövervakning och filminspelning kan förekomma i skolorna, genom att springa godkänner du att du blir filmad.

Kontroller: Kontrollerna är markerade *endast* med SI-enheter. På flera ställen sitter kontrollerna mycket tätt (så nära som 2 meter ifrån varandra!). Kolla därför kodsiffran mycket noggrant! Kontrolldefinitioner finns endast lösa (häftapparat finns). Observera att några banor har upp mot 30 kontroller, så om du har SI-card 5 ("den gamla röda") eller SI-card 8, se till att inte stämpla i kontroller som inte är dina då minnet kan ta slut (och därmed blir du ej godkänd).

Skoförbud: Inga ytterskor på arenan tack för allas trevnad, detta gäller båda etapper. Ta av er skorna vid ingången till arenan, av miljöskäl ber vi er att ta med egen påse att förvara ytterskor i.

Banläggarens ord, etapp 1 (David Hector):

SIC är tillbaka! På den första etappen åker vi nordöst till de fina villaområdena i Djursholm. Redan på väg in i byggnaden slås man av den pampighet och den historia som denna 130 år gamla byggnad innehåller. Här har välkända personer såsom nobelpristagaren Erik Axel Karlfeldt, Alice Tegnér och Elsa Beskow undervisat de boende i området. Idag drivs skolan av stiftelsen Viktor Rydbergs Skolor och nog känner man historiens vingslag i byggnaden. Här väntar banläggning på klassiskt SIC-manér: många korridorer, kontrollplock i klassrum och en och annan oväntad passage. Många kommer säkerligen stå still i de ack så förvirrande trapphusen, men räds ej; det går att ta sig till alla kontroller. Det är inte den längsta banan i SIC:s historia, men jag lovar, ni kommer ha svårt ändå. Som vanligt gäller det att tänka innan man springer och kom ihåg att det nästan alltid finns flera olika vägar – de tar bara olika lång tid! Välkomna, nu kör vi!

Banläggarens ord, etapp 2 (Assar Hellström):

Den andra etappen av SIC 2020 bjuder på en av de största byggnaderna i SIC:s historia, både till bredden och på längden. Deltagarna kommer få kämpa med både lår- och hjärnmuskler för att lyckas hitta och utföra de bästa vägvalen. Högskolan har i stort sett all sin verksamhet i ett och samma hus vilket erbjuder många föreläsningssalar, trappor och inte minst två handfulla våningsplan. Självklart har vi krånglat till det lite extra med välgenomtänkta avspärningar och någon enstaka enkelriktad korridor som gräddes på moset. En äkta SIC-etapp helt enkelt! #klivklivöverlev

Etappspecifik information:

Etapp 1:

Arena [\(se arenakarta här\)](#): Arenan är utspridd på flera plan i matsal och idrottshall, arenakarta kommer att finnas på Eventor och på arenan. Vänligen utnyttja alla ytor på arenan för att minska tängseln! Det finns gott om toaletter på flera olika våningar. Serveringen finner ni på entréplan, där finns varm och kall dryck, smörgåsar, bakelser, godis och lättare lunch, vi tar emot kort, Swish och kontanter.

Väskfri zon på arenan: Av brandsäkerhetsskäl och för att säkerställa bra flöden är korridorerna på arenan "väskfri zon". Stå och gå, men lämna inte din väska där! Det finns gott om andra utrymmen, på flera våningar att sitta vid, vänligen respektera detta!

Start E1: Avstånd till start 100 m, utomhus och uppför trappa. Vägen till start går uppför en smal brandtrappa så gå endast till start när du är redo. Uppvärmning (och nedjogg) görs utomhus.

Trånga utrymmen: Några utrymmen på etapp 1 är väldigt trånga så visa hänsyn till dina kära medlöpare, vi vill inte ha några skador på varken person eller byggnaden. Speciellt gäller detta i tre enkelriktade passager, där går det inte att springa om andra löpare. Respektera detta och försök inte att springa om där det är för trångt! I övrigt gäller högerregeln, dvs håll till höger (speciellt i trappor)

Ettapp 2:

Arena ([se arenakarta här](#)): Arenan är i Södertörns högskolas aula, och tillhörande kringytor. Målgång och speaker finns på scenen i aulan. Vägen till start är en snitslad passage utomhus. Högskolans café är öppet, de serverar fika och enklare lunch och SIC har ingen servering i egen regi. Sportförsäljning genom OL-specialisten, Mila och UF-företaget Bring the Bottle.

Studenter: Högskolan är öppen som vanligt för studerande vilket betyder att det kan röra sig studenter i lokalerna, visa hänsyn. Det innebär även en ökad risk för att avspärningar råkar rivas ner, meddela gärna närmaste funktionär om så är fallet. Det alltid det som visas på kartan som gäller, om en dörr råkar vara öppen i verkligheten men är stängd på kartan får man ej springa igenom den.

U1: U1 har ett kartutsnitt med endast två våningar. Det går att råka hamna på en våning för långt upp eller ner, då är det bara att ta sig tillbaka där man började.

Snabbast på den svåraste sträckan: I klasserna Herrar, Damer, H16, D16, Tanter och Gubbar delas ett ärofyllt pris ut per klass till den som snabbast tar sig runt banans svåraste sträcka (enligt banläggarna). Du behöver ej anmäla dig, alla deltar i tävlingen automatiskt.

Klass	Sträcka Etapp 1	Sträcka Etapp 2
D16	6-7	6-7
H16	6-7	6-7
SIC Damer	3-4	6-7
SIC Herrar	3-4	7-8
SIC Tanter	5-6	6-7
SIC Gubbar	4-5	6-7

Prisutdelning: Priser delas ut på söndagen till de främsta i samtliga klasser utifrån totalresultatet (utom motionsklasserna och U-klasser). Prisutdelning sker så fort söndagens etapp är avslutad. Om pristagaren har åkt hem pga tidig start kan vi skicka priset med post, kontakta oss i så fall. I U-klasser och HD12 delas priser ut direkt efter målgång.

Långpass: Se separat PM på Eventor.

Följ oss på Facebook och Instagram: Spännande info, kuriosa och annat smått och gott finns på vår Facebooksida: facebook.com/stockholmindoormap samt via instagram [@stockholmindoormap](https://instagram.com/stockholmindoormap). Tagga gärna dina inlägg med #sic20.

Kontakt och tävlingsledare: Oskar Forsberg, 073-240 22 64, info@stockholmindoormap.se

Banläggare: David Hector (etapp 1) & Assar Hellström (etapp 2)

Sekretariat: David Hector & Jonas Rinnbäck

Välkommen in!

stockholmindoormap.se



STIFTELSEN
VIKTOR RYDBERGS
SKOLOR

