



Hellas Orienteringsklubb



PM

DM i sprintorientering

Lördag den 11 september 2021

Arrangemanget är Corona anpassat.

För att undvika samling av deltagare tillämpas ett förlängt startintervall med lottade starttider i startgrupper om halvtimmesintervall. Minimera tiden vid samlingsplatsen.

Kom - Gå till start – Spring – Stämpla ut - Åk hem.

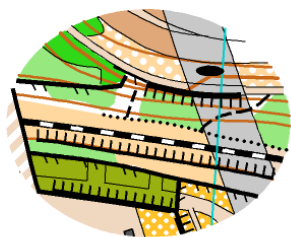
Tänk på att hålla avstånd till varandra. Stanna hemma om du har sjukdoms-symptom. Tänk på att ha god handhygien.

- Samling** Vid Eriksdal, Hammarby Slussväg invid Årstaviken. Vägvisning från busshållplats Skanstull (Ringvägen, Östgötagatan, Hammarby Slussväg). Observera att all passering till och från arenan sker österifrån, via Hammarby Slussväg. Detta gäller även cyklister.
- Kollektivtrafik** Goda kollektivtrafikförbindelser med såväl pendeltåg, tunnelbana och buss. Se sl.se för möjliga alternativ och tidtabell.
- Bilparkering** Ingen bilparkering anordnas utan tävlande hänvisas till att använda kollektiva färdmedel.
- Cykelparkering** Område markerat på arena för parkering av cykel. Området är ej bevakat – lås din cykel!
- Avlyst tävlingsområde** Det är förbjudet att vara i tävlingsområdet från kl 10:00 fram till egen start samt efter målgång tills dess att tävlingen slutat, kl 17:00.

Kartskiss med avlysning.



- Karta** Eriksdal, karterad 2019 och reviderad 2021. Ritad av Per Forsgren, Mälarhöjdens IK. Kartan är upprättad enligt sprintnorm ISSPrOM2019. Certifierad laserutskrift.



De längre banorna passerar under en bro. Bropelarna är markerade som ovala svarta punkter, se kartutsnitt.

Kartskala och ekvidistans

Kartskala 1:4000 i klasserna D/H10 – 40 och U-klasser. Kartskala 1:3000 i klasserna D/H45 och äldre samt Öppen klass Mycket lätt 1,0 km och Medelsvår 1,6 km och Svår 2,4 km.

Ekvidistans 5 m.

Terrängbeskrivning

Området bjuder på stor variation med kupering, anläggningar och bebyggelse av olika karaktär som flerbostadshus, koloniområden, båtuppläggningsytor, parker och en banvall. Därtill finns ett antal mindre skogsområden.

Förbjudna områden

Respektera enligt sprintnormen förbjudna områden och passager samt på kartan med lila markerade områden. Ett par förbjudna områden är markerade med lila raster på kartan. De är ej markerade i terrängen.

Särskild försiktighet

Alla banor passerar ett antal måttligt trafikerade vägar. Inga bevakade övergångar finns utan all passage sker på egen risk av löparna. Anpassa därför löpfarten vid passage av dessa vägar. Iakttag försiktighet och håll till höger vid möte med annan tävlande.

Bansträckningen för **Stockholm Halvmarathon** kommer att gå i direkt anslutning till tävlingsområdet, intill Årstaviken. Vägen till start och bansträckningen för Sprint-DM kommer att gränsa till banan för Stockholm halvmaraton. Vi uppmanar er att visa hänsyn till både dessa löpare och allmänheten som vistas i området.

Startplats

En startplats för alla klasser. Avstånd från samlingsplatsen 1500 m. Följ orange/vit snitsel. Se upp för trafik och ta hänsyn till andra som vistas på platsen. Obevakade övergångsställen kommer passeras. Vägen till start går genom en livlig stadsmiljö.

Det är begränsat med utrymme vid startplatsen, uppvärmning sker utanför avlyst område, förslagsvis öster om Skanstullsbron utmed kajen och på väg till startplatsen.

Det finns inga toaletter vid startplatsen.

Överdragskläder kommer inte transporteras från startplatsen.

Start

Första start kl 12.00.

"Gå-fram"-tid 3 minuter före starttid.

Rankingmeriterande klasser D/H18-DH21 och övriga tävlingsskisser har lottad minutstart inom valt tidsintervall. För varje klass och tidsintervall finns ett begränsat antal platser. Arrangören förbehåller sig rätten att flytta anmälda deltagare mellan olika tidsintervall vid behov.

Öppna klasser samt U1 och U2 har fri starttid inom förvalt tidsintervall.

Startstämpling gäller för alla startande. Du kan startstämpla när som helst under de första 10 sekunderna från att startklockan gett startsignal. Det är då startstämplingens tid som blir din starttid. Startstämpling senare än 10 sekunder efter din lottade starttid medför att du får din lottade starttid som starttid. Startstämpling mer än 10 sekunder före startsignal medför diskvalifikation.

Ungdomsklasser -D/H 14, Öppna klasser samt U1 och U2. Kartan får ses 1 minut före startsignalen.

Startlistan är tillgänglig på Eventor. Den anslås inte vid samlingsplatsen.

Kontroll- beskrivningar	Finns tryckt på kartan samt lös i kartfodralet på baksidan av kartan.
Skuggning/ patrull	Skuggning är tillåtet i klasserna U1, U2 samt Öppen klass Mycket lätt 1,0 km. Den som skuggar får senare inte delta i ungdomsklass eller rankingmeriterande klass vid tävlingen. Kartor för skuggning finns vid starten. Avser man att skugga före sitt eget lopp får detta endast ske av löpare i klasserna D/H35-D/H85.
Klädsel	Valfri klädsel. En del branta sluttningar passeras. Dessa kan vara mycket hala, speciellt efter regn. Vi rekommenderar därför dobbskor.
Överdragskläder	Överdragskläder transporteras inte från startplatsen.
Banlängder och nummerlappar	Banlängder/beräknade segrartider enligt SOFT:s anvisningar för sprintdistans. Se tabell, nedan. Nummerlappar kommer inte användas.
Stämplings- system	Elektronisk stämpling med SportIdent. Ingen touch-free. Hyrbrickor hämtas vid sekretariatet. Ej återlämnad bricka debiteras med 400 kr.
Målgång	Målet är utbrutet. Två utbrutna målplatser, ca 150 m från samlingsplatsen. Följ röd-vit snitsel tillbaka till arenan för utstämpling. För att förhindra ansamlingar vid målkontrollerna är det viktigt att du som löpare omgående lämnar målkontrollen efter att du stämplat vid den. Kom ihåg att stämpla ut vid arenan.
Brutet lopp	Även löpare som avbryter sitt lopp måste läsa av sin SportIdentbricka i avläsningen vid sekretariatet.
Kontroller	Träbockar/spjut med orange-vit nylonskärm. Stämplingsenhet SportIdent med kodsiffra på ovensidan. Kontrollera kodsiffran.
Kartutlämning	Kartan får behållas efter målgång. Visa inte kartan för tävlande som ännu inte startat - det är en förtroendefråga, Fair Play.
Sprintregler	SOFT:s regelverk för sprintorientering gäller. Läs dokumentet "Särskilda sprintregler och karttecken" som finns i Eventor. 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. Vegetation som är markerat med mörkgrön färg får inte heller passeras. Överträdelse medför diskvalifikation. Det kommer finnas vakter längs banorna.
Maxtid	60 minuter.
Resultat	Publiceras på Eventor efter att tävlingen avslutats. Under tävlingen redovisas resultat via liveresultat.orientering.se .
Priser	I ungdomsklasserna delas plaketter ut till de tre främsta i respektive klass. För klasserna D/H18-D/H21 och övriga klasser delas plaketter ut till segrarna. Tävlingens sponsor True Story delar även ut presentkort i klasserna D/H18-D/H21 och D/H40-45. Priserna kommer att delas ut i samband med stafett DM, söndag den 12 september. Priserna hämtas vid Hellas vimpel mellan kl 11.30 och 13.00. Priser direkt vid målgång till U-klasser.
Toaletter och dusch	Toaletter finns i anslutning till samlingsplatsen. Det finns inga toaletter vid startplatsen.

	Ingen duschmöjlighet finns.
Servering och sportförsäljning	Erbjuds inte.
Första hjälpen	I anslutning till utstämplingen vid sekretariatet. Här finns också hjärtstartare.
Tävlingsregler	SOFT:s tävlingsregler gäller.
Tävlingsledare	Charlotta Thureson Giberg, Hellas orienteringsklubb 070-879 07 50, charlotta.thureson@telia.com
Banläggare	Mikael Nyberg Hellas orienteringsklubb
Bankontrollant	Ungdomsbanor, Lars Forsberg, OK Ravinen Övriga banor, StOF
Tävlingskontrollant	Tävlingskontrollant – Anette Önerud, Ravinen

VÄLKOMMEN
och
LYCKA TILL!

Banlängder DM-sprint 2021

Klass	Banlängd km	Klass	Banlängd km
D10	1,02	H10	1,02
D12	1,10	H12	1,17
D14	1,35	H14	1,35
D16	1,46	H16	1,65
D18	1,57	H18	1,81
D20	1,60	H20	2,29
D21	2,33	H21	2,59
D35	1,56	H35	2,35
D40	1,48	H40	2,22
D45	1,54	H45	2,12
D50	1,47	H50	2,07
D55	1,44	H55	1,96
D60	1,34	H60	1,54
D65	1,30	H65	1,48
D70	1,27	H70	1,27
D75	1,22	H75	1,23
D80	1,12	H80	1,22
D85	1,09	H85	1,22

Klass	Svårighet	Banlängd km
U1	Grön	1,02
U2	Vit	0,91
Mycket lätt	Vit	1,02
Medelsvår	Gul	1,60
Svår	Gul	2,42