



INBJUDAN

CENTRUM TEAM SPRINT

Söndag 5 juni 2022

Lappkärrsberget, Norra Djurgården

Välkomna till årets upplaga av sprintstafetten Centrum Team Sprint! I år välkomnar vi er på ett återbesök i ett av tävlingens första områden, Lappkärrsberget på Norra Djurgården. Ni tävlar som vanligt i lag om två, där varje löpare springer två sträckor av sprintkaraktär. Banorna går både i skog och bland hus.

Starttider

Första start kl. 11.00. Fri starttid 11.00-13.00 i öppna klasser.

Samling och arena

Lekplatsen "Ravinen" i västra delen av Lappkärrsbergets Studentbostadsområde. Vägvisning från tunnelbanestation Universitetet. Vi erbjuder ingen parkering. Det är förbjudet att köra och parkera inom tävlingsområdet för tävlande och medföljare. Karta över TC och tävlingsområdet anslås samtidigt som PM.

Klasser och startavgifter

Varje lag består av två löpare som springer två sträckor var, dvs. varannan sträcka. Banlängder anslås i PM.

Herr: 240 kr (fri sammansättning av ålder)

Dam: 240 kr (fri sammansättning av ålder)

Mix: 240 kr (en herre, en dam, fri sammansättning av ålder)

HD20: 120 kr (sammanlagd ålder max 20 år, motsvarande vit svårighetsgrad)

D24 resp H24: 120 kr (sammanlagd ålder max 24 år, motsvarande gul svårighetsgrad)

D28 resp H28: 120 kr (sammanlagd ålder max 28 år)

D32 resp H32: 120 kr (sammanlagd ålder max 32 år)

HD90: 240 kr (sammanlagd ålder måste överstiga 90 år. Damer får lägga till 10 år på sin egentliga ålder.)

HD110: 240 kr (sammanlagd ålder måste överstiga 110 år. Damer får lägga till 10 år på sin egentliga ålder.)

Motion: 240 kr (lättare bana och fri sammansättning beträffande ålder och kön)

Sammanlagd ålder på de två löparna i laget räknas utifrån födelseår. Det vill säga alla som är födda år 2006 räknas som 16 år, alla födda år 1988 som 34 år osv. Skuggning tillåten i klass HD20.

Öppna klasser

Utöver stafettklasserna finns fyra individuella öppna klasser. Dessa klasser är även öppna för direktanmälan på plats mot förhöjd avgift. Exakta banlängder anslås i PM.

Klass	Svårighetsgrad	Distans	Avgift, vuxen	Avgift, ungdom (tom 16 år)
Mycket lätt	Vit	1,5 km	120 kr	60 kr
Medelsvår	Orange	2 km	120 kr	60 kr
Svår	Blå	2,5 km	120 kr	60 kr
Svår 4,5 km	Blå	4,5 km	120 kr	60 kr

Anmälan

Via Eventor. Ordinarie anmälan sker senast söndag den 29 maj kl. 23.59. Det är tillåtet att bilda lag bestående av löpare från olika klubbar.

Efteranmälan

Efteranmälan sker mot 50 procent högre avgift senast onsdag den 1 juni kl. 23:59. Observera att efteranmälda lag kan få kartor utskrivna från vanlig skrivare. Ändring i laguppställning kan göras via e-post senast den 2 juni kl. 23.59 till tavling@centrumok.se.

Karta

Frescati, utsnitt ur karta Norra Djurgården, ritad av Oskar Karlin (2010) och reviderad av Raphael Mak (februari 2021). Skala 1:4 000, 2 m ekvidistans, sprintnorm. Utskriven på SOFT-certifierad skrivare hos BL-Idrottsservice.

Terrängbeskrivning

Tävlingsområdet består dels av stadsterräng med hård markbeläggning och dels av öppen lättframkomlig skog med några branta partier. Höllar och berg i dagen förekommer i mindre utsträckning inom tävlingsområdet. Visa hänsyn till boende. De yngsta klasserna passerar inga trafikerade vägar. Övriga klasser passerar endast sparsamt trafikerade gator.

Klädsel och skorekommendation

Valfri klädsel på benen. Skor med kraftig gummidobb rekommenderas.

Stämplingssystem

Sportident. Hyra av SI-pinne, 30 kr. Ange i anmälan om du önskar hyra pinne. Löpare som inte uppger SI-nummer i samband med anmälan blir automatiskt tilldelad hyrpinne. Borttappad SI-pinne debiteras med 450kr.

Servering

Marka med hembakat och lättare förtäring. Vi tar Swish.

Omklädning/dusch

På arenan tillhandahålls inga dusch- eller omklädningsmöjligheter.

Banläggare

Moa Kjellstrand

Bankontrollant

Lena Öhman

Tävlingsledare

Per-Anders Lindgren

Tävlingskontrollant

Stefan Gustafsson, Täby OK

För övriga upplysningar, vänligen kontakta tavling@centrumok.se.

VARMT VÄLKOMNA TILL CENTRUM TEAM SPRINT 2022!