



PM

Stockholm City Cup

Etapp 3

Karolinska Universitetet

Etapp 3 av Stockholm City Cup består av två olika tävlingar med två olika PM. Varje tävling innehåller en gemensam del som är lika för alla. Läs det gemensamma PM:et först.

Gemensamt PM för samtliga klasser

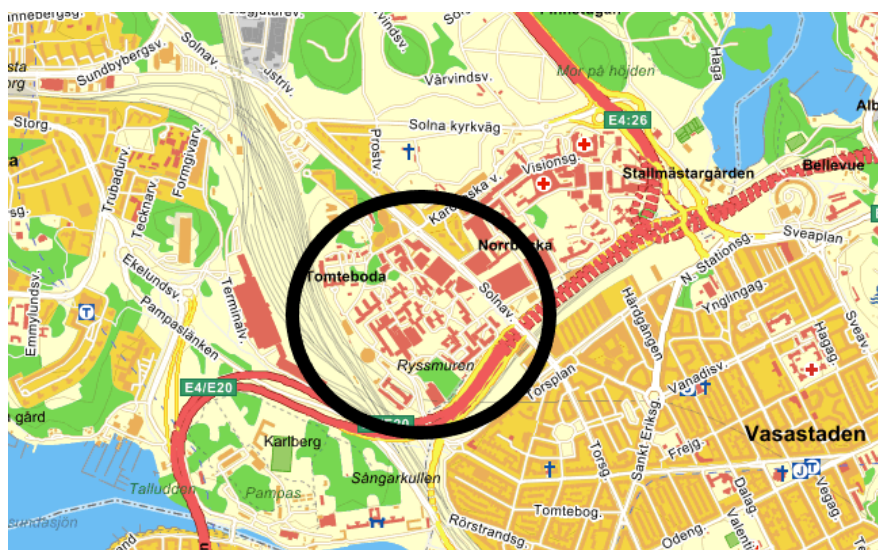
Läs detta PM först och sedan det PM som gäller för antingen ordinarie tävling eller jaktstarten.

Nytt för i år är att vi i den ordinarie starten har två sk para-klasser, *Para lång* respektive *para kort*, i vilka personer med funktionsvariation kan deltaga.

Arena

Karolinska Institutets universitetsområde strax norr om Stockholm. Observera att den enda inpasseringen till tävlingsarenan kan ske via Tomtebodavägen då hela universitetsområdet är avstängt. Det går alltså inte att ta sig till tävlingscentrum via Solnavägen i öster.

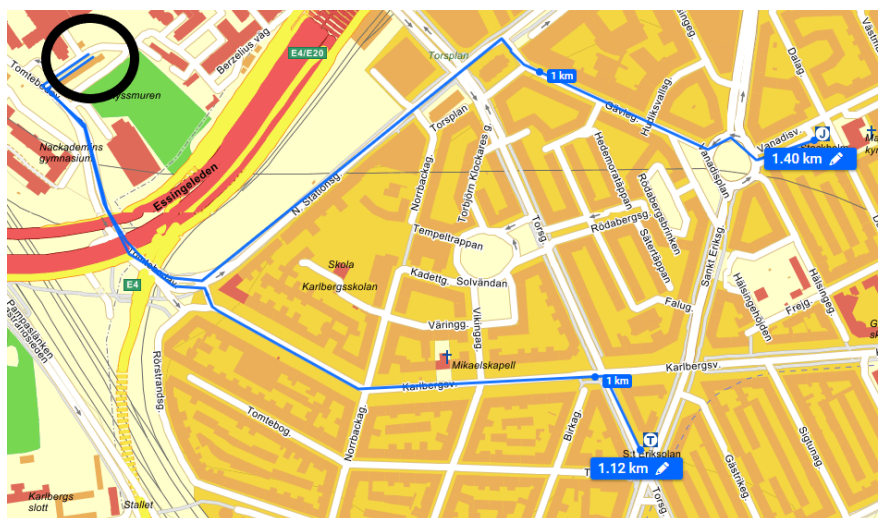
Adress: Berzelius väg 5, Solna



Kollektivtrafik

Kollektivtrafiken nyttjar man enklast genom att åka buss 72 från Odenplan med riktning mot Karolinska sjukhuset (station Karolinska institutet västra). Denna buss stannar ca 100 meter från arenan.

Det finns också möjlighet att ta sig till fots antingen från St. Eriksplans tunnelbanestation (1,1km) eller pendeltågsstationen Stockholm Odenplan (1,4km).



Följ snitslar och skyltning.

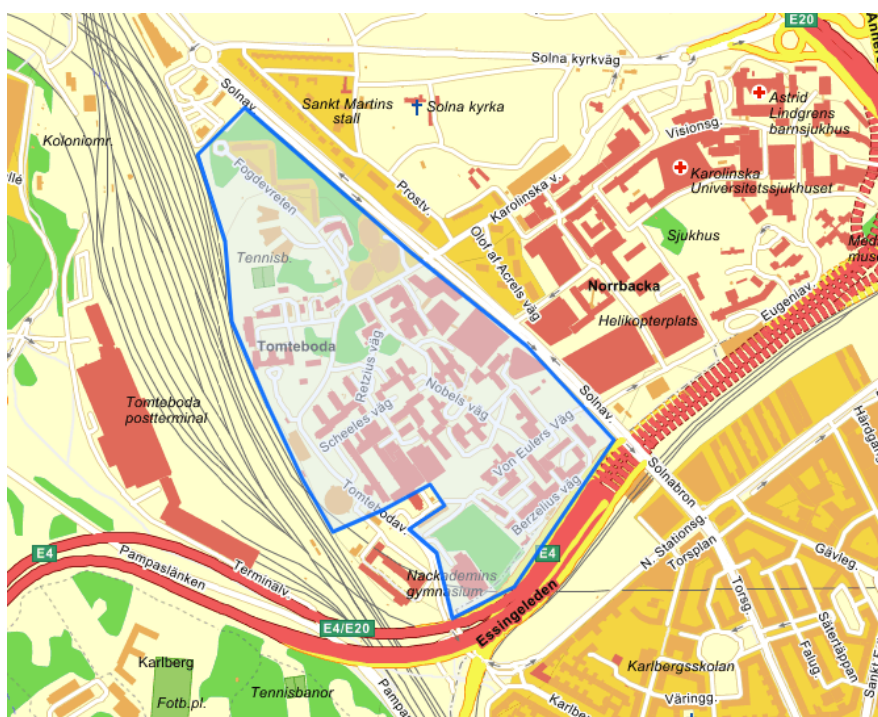
Parkering

Bilparkering sker enklast i parkeringshuset Skruven, Tomtebodavägen 5B (Aimo). Här finns även elbilsaddning.

I största allmänhet är det väldigt ont om gatuparkering. Använd kollektivtrafiken i största möjligaste mån. Cyklar går att ställas upp vid arenan.

Avlyst tävlingsområde

En stor del av Karolinska Institutet är avlyst område enligt nedan. Förbjudet att vara i tävlingsområdet från kl 18:00 fram till egen start samt efter egen målgång.



Avlyst område

Qr-kod för visning av område på mobil enhet.

Uppvärmning

Uppvärmning kan ske längs med Tomtebodavägen samt till viss del längs Berzelius väg vid arenan.

***Karta***

Kartan har sprintnorm.

Följande kartskalor gäller:

H21/D21 - 1:4000

H50/D50 - 1:3000

H16/D16 - 1:4000

H14/D14/Para lång - 1:3000

H12/D12 - 1:3000

U2/Para kort - 1:3000

Medelsvår - 1:3000

Ekvidistans 2.5 m.

Kartan är ritad 2020 av Per Forsgren.

Terräng

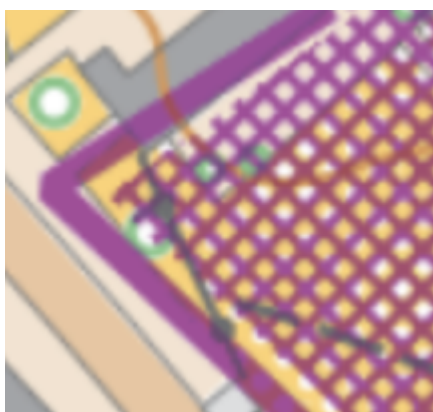
Den sista etappen vid Karolinska Institutet genomförs i ett område som inte tidigare använts i sprintsammanhang och har en helt nyritad karta. Området lämpar sig mycket väl för sprint och har många oregelbundna byggnader, trappor, mindre passager i en varierad miljö som kommer

kunna bjuda på många klurigheter. Banläggarna har haft som ambition att erbjuda löparna "jobbig" kartläsning som skall ge utslag vid rätt vägval. Konstgjorda avspärningar används. Tempoväxling med delar av aktiv kartläsning kommer premieras. För de som kvalificerar sig till jaktstarterna kommer avslutningen ske efter varvning med kartbyte för en utmanande och spännande avslutning. Varmt välkomna!
(Banläggarens ord)

Visa hänsyn till de boende och gående i området. Det finns en hel del planteringar och nysådda ytor i tävlingsområdet där det är förbjudet att springa. Området är relativt fritt från biltrafik, men det finns ett par lokalgator som behöver passeras. Det kommer finnas skyltning och vakter.

Förbjudna passager

I området förekommer förbjudna passager. På kartan är dessa markerade med tjocka violetta linjer, se exempel nedan. Blågul snitsel används för att markera dessa förbjudna passager i tävlingsområdet. Violettt raster beskriver områden vilka är förbjudna att springa i.



Klädsel

Valfri klädsel. OBS! Vid denna deltävling är det förbjudet att använda skor med metalldubb.

Stämplingssystem

Elektronisk stämpling med SportIdents system används. SIAC med AIR+ är aktiverat, dvs SIAC kan användas med kontaktlös stämpling. Detta gäller dock ej vid startstämpling. Hyra av löparbricka 30 kr. SIAC AIR+ går ej att hyra. Hyrbrickor lämnas tillbaka vid målgång.

Sprintregler

SOFT:s regelverk för sprintorientering gäller.

Sprintnormen kan du läsa om här:
https://www.svenskorientering.se/globalassets/svenska-orienteringsforbundet/arrangera/kartfragor/stoddokument-och-filer/20220311_issprom_2019-2_sv_version.pdf

Det är förbjudet att passera branter som är markerade som oframkomliga enligt normen. Detsamma gäller staket, plank, murar som är markerade som opasserbart (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.

Lokala karttecken

Inga lokala karttecken förekommer.

Resultat

Rapporteras på liveresultat.orientering.se. Publiceras även på SCC:s hemsida samt på Eventor.

Kontroller

Träbockar med orange-vit nylonskärm. Stämplingsenhet SportIdent med kodsiffran på ovansidan. Kontrollera kodsiffran. Kontrollerna skall tas i rätt ordning.

OBS! Notera att det är olika sista kontroller för jaktklasserna och övriga klasser. Det finns även en varvningskontroll inne på arenan för jaktklasserna. Se bild nedan:



Kontrollangivelser

OBS! Detta nedan gäller **enbart ordinarie start**. Se jaktstartens PM för detaljer. Lösa kontrollangivelser finns vid starten. Angivelserna finns även tryckta på kartan, både de med skala 1:3 000 och 1:4 000.

<i>Kartutlämning</i>	Kartan får behållas efter målgång. Visa inte kartan för tävlande som ännu inte startat - det är en förtroendefråga, Fair Play.
<i>Anmälan</i>	Ordinarie anmälan sker via Svenska Orienteringsförbundets anmälningssystem Eventor fram till och med söndagen den 29 maj. Även löpare som ska springa Jaktstarten anmäler sig via Eventor i ordinarie klass.
<i>Efteranmälan</i>	Efteranmälan kan endast ske på arenan kl 17.00-19.00 på tävlingsdagen. Gäller både för löpare i ordinarie tävling och i jaktstarten.
<i>Ej klubbansluta löpare</i>	Löpare som ej tillhör klubbar anslutna till Svenska Orienteringsförbundet, samt utländska löpare, kan anmäla sig på plats eller föransmäla sig senast kl 18:00 på onsdagen en vecka före tävlingsdagen på sekretariat@stockholmcitycup.se. Kom ihåg att ange namn, briccknummer, klubb, klass, startintervall och vilken etapp det gäller.
<i>Anmälningsavgift</i>	Ungdom 70 kr, vuxna 120 kr. Efteranmälan ungdom 70 kr, vuxna 180 kr. Stockholm City Cup fakturerar SOFT-registrerade klubbar efter varje etapp. Löpare som ej tillhör klubbar anslutna till SOFT betalar anmälningsavgiften på plats före start eller betalar via plusgiro 123 55 34-3 senast 1 vecka före tävlingsdagen.
<i>Servering</i>	Välserverad servering finns i anslutning till arenan. Det kommer finnas hemmagjord tomatsoppa, korv, kaffe, kladdkakor och annat hembakat, godis och allehanda drycker. Den intilliggande restaurangen Jöns Jakob har också ett mindre serveringsutbud.
<i>Sportförsäljning</i>	Ingen sportförsäljning på etappen.
<i>Toalett och dusch</i>	Toaletter finns i anslutning till arenan, dels utomhus, dels inne vid restaurangen. Ingen duschmöjlighet finns.
<i>Prisutdelning</i>	Priser delas ut till de tre bästa i jaktstarten för klasserna H50, H21, H16, H14, D50, D21, D16 och D14. Pokaler och blommor till alla. I klasserna H21 och D21 delas presentkort ut (2500, 1500 samt 500 kr).
<i>Regler inför finalen</i>	Jaktstart genomförs för deltagare i klasserna H21, H50, H16, H14, D21, D50, D16 och D14 vilka ligger max 8 min efter ledaren efter två etapper. Löparen med bäst sammanlagd tid startar först. Se separat PM i slutet av detta dokument.
<i>Tävlingsledning</i>	Etappansvarig: Mikael Wallnäs, Sundbybergs IK Banläggare: Joakim Skantze, Sundbybergs IK Tävlingsansvarig: Olle Blomgren, OK Södertörn

PM för alla klasser förutom jaktstarten

Start

Första start är kl 18:30. Startlista är tillgänglig på Eventor och hemsidan senast tävlingsdagens morgon samt på arenan. Det finns ingen maxtid, men målet stänger kl 20.30.

Start för alla klasser är 150 m från arenan. Följ orange-vit snitsel från TC. Underlag från TC till start är asfalt.

Väg från tävlingscentrum till start:



Banlängder

H21	Inga nummerlappar	2.8 km
H50	Inga nummerlappar	2.6 km
H16	Inga nummerlappar	2.6 km
H14	Inga nummerlappar	2.2 km
H12	Inga nummerlappar	1.6 km
D21	Inga nummerlappar	2.5 km
D50	Inga nummerlappar	2.2 km
D16	Inga nummerlappar	2.2 km
D14	Inga nummerlappar	1.9 km
Para lång	Inga nummerlappar	1.6 km
D12	Inga nummerlappar	1.5 km
Medelsvår	Inga nummerlappar	2.1 km
U2	Inga nummerlappar	1.2 km
Para kort	Inga nummerlappar	1.2 km

Startprocedur**H21 och D21 samt H50 och D50 (startstämpling)**

Tre minuter före start sker upprop i startfällan.
Start sker exakt på starttiden via funktionär. Startstämpling sker ca 2 m efter starten. Kartan tas efter ytterligare ca 3 m.

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

Tre minuter före start sker upprop i startfällan. Detta är den s.k. ”gå-fram”-tiden. Kartan får ses 1 minut innan tidsstart. Gäller dock inte HD16 som får ta kartan i startögonblicket.
Ingen startstämpling.
Tillåtet med medhjälpare i paraklasserna. Ingen ledsagare/assistans tillhandahålls av arrangören.

Ungdomsklass U2 (fri start)

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

Paraklasser (fri start)

Fri starttid mellan kl 18:30-19:30. Startstämpling. Tillåtet med medhjälpare. Ingen ledsagare/assistans tillhandahålls av arrangören.

Medelsvår klass (fri start)

Fri starttid mellan 18.30-19.30.
Startstämpling.

Målgång

Målstämpla vid målbanderollen. Därefter ska löparbrickan avläsas av målpersonalen. Hyrd bricka återlämnas.

OBS! Även löpare som bryter tävlingen måste passera målet och läsa av löparbrickan.

PM Jaktstart Stockholm City Cup

Regler för jaktstarten

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.

Anmälan

Anmälan görs till ordinarie klass i Eventor. Sekretariatet flyttar de kvalificerade löparna till jaktstarten.

Återbud

Återbud till jaktstarten behöver inte meddelas.

Startlista Startlista är tillgänglig på Eventor och hemsidan senast tävlingsdagens morgon samt på arenan.

Nummerlappar, banlängder, starttider Självservering vid start. Använd egna säkerhetsnålar.

Klass	Starttid från	Nummerlapp	Banlängd
D14	18:30	1-10	2.2 km
H14	18:42	11-23	2.2 km
D50	18:54	31-32	2.2 km
H50	19:06	41-68	2.7 km
D21	19:18	71-78	2.7 km
H21	19:30	81-104	3.0 km
D16	19:42	111-116	2.4 km
H16	19:54	121-131	2.7 km

Startprocedur Tre minuter före start sker upprop i startfällan. Start sker exakt på starttiden via funktionär. Kartan tas efter ytterligare ca 1 m. Ingen startstämpling.

Gaffling och övrig banstruktur Alla banor i jaktstarten har gaffling, dvs alla löpare springer samma sträckor men i olika ordning. Några kontroller kommer besökas flera gånger.

Jaktstarten är uppdelad i två delar. Den första delen avslutas med en varningskontroll där en ny karta fås för andra delen. Det är sedan ca 20 m till startpunkten för andra delen. Den andra delen har samma startpunkt som den första. Första kontrollen på den andra delen kommer att börja med nummer 1. Det gäller för samtliga jaktklasser.

OBS! Notera att den allra sista kontrollen skiljer sig från jaktklasserna och övriga generella klasser. Jaktklassernas sista kontroll har kod 200. Var noga med att läsa kodsiffrorna.

Kontrolldefinitioner Det finns lösa kontrolldefinitioner för första delen. För andra delen är kontrolldefinitioner tryckta på två ställen på kartan.

Mål Målgång sker över mållinje där det är bröstet på löparen som avgör ordningen på de tre första i resp. klass. Måldomare finns. Övriga placeringar avgörs via målstämpling på enheter direkt efter mållinjen.

Jaktstartslöpare har egen målfälla. Ett tips är att kolla fälla, mållinje och målstämplingsenheter innan start.

Varmt välkomna till Stockholm City Cup!

