



PM

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. Banorna går både i skog och bland hus.

Samling och arena

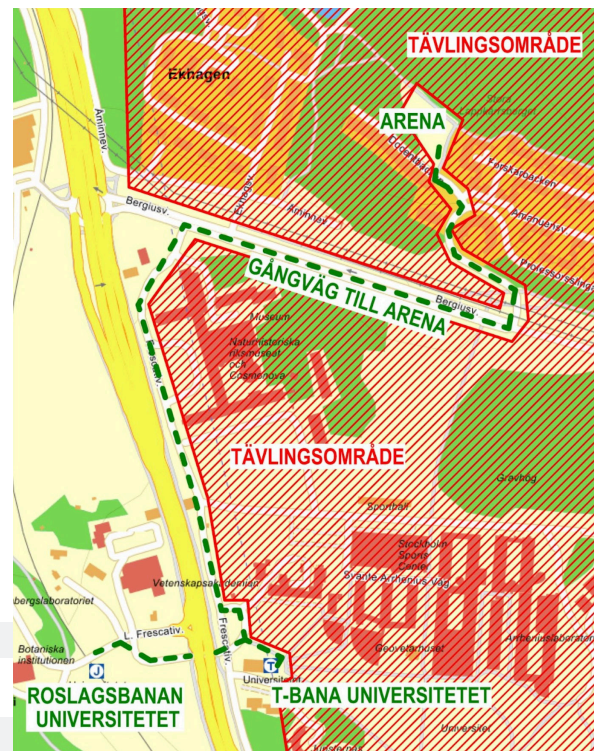
Lekplatsen *Ravinen* i västra delen av Lappkärrsbergets Studentbostadsområde. Vägvisning från tunnelbanestation Universitetet, se karta nedan, ca 18 min. Det är förbjudet att köra och parkera inom tävlingsområdet för tävlande och medföljare. För inzoomad arenakarta, se sista sidan i detta dokument.

Parkering

Vi erbjuder ingen parkering.

Klasser, starttider och banlängder

Klass	Starttid	Längd, str 1&4	Längd, str 2&3
HD20	11.15	0,9	0,6
H24	11.15	1,1	0,9
D24	11.15	1,1	0,9
H28	11.15	1,2	1,4
D28	11.15	1,2	1,4
H32	11.00	2,2	2,3
D32	11.00	2,2	2,3
Dam	11.45	2,2	2,3
Herr	11.45	2,3	2,5
Mix	11.45	2,3	2,5
HD90	11.30	2,2	2,3
HD110	11.30	1,5	1,1
Motion	11.30	1,2	1,2



Banlängderna kan skilja sig något åt mellan gafflingarna och kan komma att ändras. Gaffling förekommer i samtliga klasser förutom HD20 och Motion.

Start, växling och målgång sker i anslutning till arenan. Inpassering till start ska ske senast 5 minuter före start. Vid inpassering till startfälla och växlingsfälla ska SI-pinnen tömmas och checkas.

Skuggning

Skuggning är tillåten i klassen HD20.

Öppna klasser

Utöver stafettklasserna finns fyra individuella öppna klasser. Dessa klasser är även öppna för direktanmälan på plats kl. 10.30-12.00. Fri starttid kl. 11.00-12:30. SI-pinne finns att hyra.

Klass	Banlängd	Distans
Mycket lätt	Vit	1,5 km
Medelsvår	Orange	2 km
Svår	Blå	2,5 km
Svår 4,5 km	Blå	4,5 km

Karta

Frescati, skala 1:4000, 2 m ekvidistans. Skala 1:3000 för HD90 och HD110. Kartan ritad 2010, reviderad 2021. Delvis reviderad 2022 och uppdaterad till rådande sprintnorm. Utskriven på hos BL-Idrottsservice.

Sprintnorm

Kartan är ritad i sprintnorm, vilket innebär att det är förbjudet att passera branter som är markerade som oframkomliga enligt normen. Detsamma gäller staket, plank och murar som är markerade som opasserbara (tjockt svart streck) och tomtmark. Det är alltid förbjudet att beträda plantering även om det inte finns avgränsningar med staket eller snitsel. Du får heller inte passera vegetation som är markerat med mörkgrönt. [Läs mer här](#).

Terrängbeskrivning och trafik

Tävlingsområdet består av stadsmiljö med hård markbeläggning och parkterräng samt stigrika skogspartier, delvis med tät vegetation. Visa hänsyn till boende. Samtliga klasser, utom dom yngsta ungdomsklasserna, passerar sparsamt trafikerade gator. Iaktta försiktighet vid passering av vägarna. Normala trafikregler gäller och du deltar på egen risk.

OBS! Några banor passerar nysådda gräsmattor som markägaren spärrat av med röd-vit snitsel. Dessa är förbjudna att beträda.

Kontroller och kontrollbeskrivningar

Kontrollerna är märkta med skärm och stämplingsenhet. Kontrollbeskrivningarna är tryckta på kartan.

OBS! Kontrollerna sitter tätt både i stad och skog, var noga med att alltid kontrollera kodsiffran! **OBS!** Några träd som är utsatta på kartan har tagits ner. Olyckligtvis är ett par av dessa kontrollpunkter. I dessa fall är skärmen placerad väl synlig enligt kartan.

Klädsel och skorekommendation

Skor med kraftig gummidubb rekommenderas. Skor med metalldubb är inte tillåtna. Valfri klädsel på benen.

Nummerlapp

Nummerlappar för alla lag finns upphängda vid markan, se arenakarta. Var ute i god tid för att undvika köbildning. Nummerlapparna ska bäras väl synliga på bröstet. Ta med egna säkerhetsnålar.

OBS! Löparen som springer sträcka 1+3 bär nummerlapp med vit bakgrund och personen som springer sträcka 2+4 bär nummerlapp med svart bakgrund.

Klubblösa deltagare

Deltagare utan klubbtilhörighet, eller som tillhör utländsk klubb, hämtar ut sina nummerlappar hos sekretariatet senast 30 minuter innan klassens starttid, samt betalar sin anmälningsavgift med Swish, Centrums Swishnummer är 123 014 6662.

Tävlingsprocedur och stämplingssystem

Elektronisk stämpling med SportIdent. Varje lag består av två löpare som springer två sträckor var, sammanlagt springer laget fyra sträckor. Löpare Ett springer sträcka 1 och 3, Löpare Två springer sträcka 2 och 4.

OBS! Löpare Ett måste starta på första sträckan med den SI-pinne som kopplats till Löpare Ett i samband med anmälan. Varje löpare springer med egen SI-pinne som används på båda sträckorna (1+3 alt. 2+4). SI-pinnen ska tömmas före varje sträcka.

OBS! Det är väldigt viktigt att du efter växling följer snitslar och anvisningar och läser av din SI-pinne innan den töms inför din nästa sträcka, annars får laget inget resultat.

Växling och målgång

Vid varje växling målstämplar löparen på mållinjen (vid målgång på sista sträckan används dock måldomare och målstämplingen sker efter målgång). Inkommande löpare lämnar sin karta till målpersonalen och växlar genom att ta en ny karta vid växlingsplanket och lämnar över den till nästa löpare. **OBS!** Var noga med att ta rätt nummer på kartan!

Maxtid

För samtliga klasser gäller att sistasträckslöparen ska ha hunnit ut på sin sträcka innan kl. 13.45. Ca kl. 14:15 avslutas tävlingen och kontrollerna börjar plockas in. Deltagare som fortfarande är ute på banan uppmanas då att omgående ta sig tillbaka till mål. Glöm inte utläsning vid målet.

Kartutlämning

Speakern annonserar när kartorna är redo att hämtas.

Resultat

Resultat anslås i Eventor. Liveresultat finns tillgängligt via Eventor.

Priser och prisutdelning

Prisutdelning i ungdomsklasserna sker efterhand att klasserna blir klara. I vuxenklasserna delas inga priser ut, istället skänker vi även i år en summa motsvarande startavgiften per vinnande lag till VI-skogen.

Servering

Marka med kaffe, te, läsk, smörgåsar, kaffebröd, korv med mera. Betalning med Swish eller kontanter.

Toaletter, omklädning och dusch

Toaletter finns på arenan, dock ett begränsat antal vilket kan medföra köbildning inför start. Dusch- eller omklädningsmöjligheter finns inte.

Sjukvård

En sjuksköterska finns för att ta hand om sår, skador, stukningar mm.

Tävlingsregler

Sprintnorm, se ovan, och Svenska Orienteringsförbundets tävlingsregler gäller.

Tävlingsledning

Tävlingsledare: Per-Anders Lindgren (070-6262718)

Banläggare: Moa Kjellstrand

Bankkontrollant: Lena Öhman

Tävlingskontrollant: Stefan Gustafsson, Täby OK

VARMT VÄLKOMNA TILL CENTRUM TEAM SPRINT 2022!

STORA
LAPPKÄRRSBERGET

TÄVLINGSOMRÅDE

PUBLIK-
YTA

SISTA

PASSAGE

PUBLIKYTA

MARKA-
TÅLT

KARTPLANK

ÖVERLÄMNA

DIREKTAN-
MÅLAN
SPEAKER

RÖD UTG.
SEKRETA-
RÅTSTÅLT
USLÅS

TÖM
CHECK

START
ÖPPNA
BANOR

VÄXLINGSFÄLLA

PASSAGE

→ VÄXLANDE
→ MÅLGÅNG

BAJAMAJOR
EL. MOTSV.

INGÅNG TILL ARENA

START STAFETT
FÖRSTA STRÄCKAN

DOCENTBACKEN



STARTPUNKT

