

## Tävlings-PM

### Distriktsmästerskap i sprintorientering

Onsdagen den 10 maj 2023

#### Samling/Arena/TC

Hagsätra IP.

#### Ta sig till arenan

Det är lätt att ta sig till tävlingen med tunnelbanan till Rågsved (grön linje mot Hagsätra), vilket vi också starkt rekommenderar. Både för att värna om miljön och då det är ont om parkeringsplatser i närheten av arenan. Se tidtabell på [www.sl.se](http://www.sl.se).

Snitslat med skärmar och röd(orange)/blå snitsel från tunnelbanan i Rågsved via Hagsättravägen. Avstånd ca 1 km. Samtliga tävlande måste komma till arenan söderifrån via Hagsättravägen, oavsett om man kommer med cykel eller till fots från tunnelbanan eller bilen. Alla andra vägar och gång- och cykelvägar in till arenan passerar tävlingsområdet.



Cykelparkering kommer att finnas på arenan.

#### Parkering

Det är ont om parkeringsplatser i närheten av arenan. Vi rekommenderar samåkning om man måste åka bil. Ingen organiserad parkering. Parkering sker enligt gällande allmänna parkeringsregler och på eget ansvar. Vid Rågsveds centrum finns en mindre infartsparkering. Vid Högdalens centrum finns en parkering där man ev kan hitta enstaka parkeringsplatser och vid Bandhagens centrum finns en mindre infartsparkering. Bäst tillgång till parkering med direkt

tunnelbaneanslutning till Rågsved är i parkeringsgaragen vid Globen och Tele2-arena. Det är inte tillåtet för tävlande att köra genom eller parkera inom tävlingsområdet.

### Klassindelning, svårighet och banlängder

Mästerskapsklasser och U-klasser

Klass	Banlängd (km)	Klass	Banlängd (km)
D10	1,8	H10	1,8
D12	1,7	H12	1,7
D14	1,9	H14	1,9
D16	2,1	H16	2,2
D18	2,2	H18	2,2
D20	2	H20	2,2
D21	2,4	H21	2,7
D35	1,9	H35	2,4
D40	1,9	H40	2,4
D45	1,8	H45	2,7
D50	1,8	H50	2,7
D55	1,7	H55	1,8
D60	1,7	H60	1,8
D65	1,6	H65	1,8
D70	1,6	H70	1,6
D75	1,6	H75	1,6
D80	1,6	H80	1,6
D85	1,6	H85	1,6
U1	1,2	U3	1,7
U2	1,9	U4	1,8

Öppna klasser/Direktanmälan

Mkt Lätt	1,9
Lätt	1,7
Medelsvår	1,8

Preliminära banlängder. Exakta banlängder publiceras i startlistan.

Löpare som representerar en förening från ett distrikt utanför Stockholm får delta, men kan inte bli distriktsmästare.

### **Karta, skala och terräng**

Karta - Utsnitt ur Bandhagen-Hagsätra, ekv 2 meter. Kartskalan är 1:4 000 för alla förutom klasserna DH10-14, DH45 och äldre, som har skala 1:3 000.

Blandad skog- och stadsmiljö. Mestadels flackt, men med ett antal korta branta stigningar. Terrängen har inslag av både enkel och detaljerad kartläsning i stadsmiljö.

Ca 5-15% skog, 10-20% park/gräsytor, 65-85% asfalt.

Kartvändning i klasserna H18, D20, H20, D21, H21, H35, H40, D45, H45, D50, H50, H55, H60 och H65.

### **Klädsel**

Heltäckande klädsel.

### **Direktanmälan och avgifter**

Anmälan till öppna klasser kan ske på plats på arenan kl 17:30-19:30 på tävlingsdagen.

Anmälningsavgiften vid direktanmälan 80 kr för ungdom t o m 16 år och 200 kr för övriga. 30 kr för hyra av Sportidentpinne. För borttappad pinne debiteras 400 kr. Avgifterna faktureras i efterhand. Icke klubbanslutna betalar med Swish på plats.

### **Start**

Avstånd till start ca 200 meter – Orange/Vit snitsel.

Första start kl 18:00

Öppna klasser start kl 18-20. Målet stänger kl 21 eller tidigare om alla löpare gått i mål.

Lottade starttider med minst en minuts startmellanrum används i mästerskapsklasser (DH10-90). DH10-14 får kartan 1 minut före startsignal.

U-klasser och Öppna klasser. Fri starttid - Stämpelstart. Deltagarna får kartan före start.

Lösa kontrollbeskrivningar (definitioner) finns. Finns även tryckta på kartan.

Ingen transport av överdrag.

### **Nummerlappar**

Nummerlappar ska användas i klasserna D18-21 och H18-21. Självservering vid start. Ta med egna säkerhetsnålar.

### **Skuggning**

Följeslagare/uppföljare får följa med som skugga i U-klasser och öppna klasser om det görs på ett diskret vis. Skuggan ingriper endast när problem uppstår. Karta till "skuggorna" vid start. Ej tillåtet att skugga innan egen start i mästerskapsklass.

### **Stämplingssystem**

Sportident. Inte touchfree. Ange SI-nummer i samband med anmälan. Max antal kontroller per bana är 24 st så alla modeller av SI-pinnar funkar.

### **Kontroller**

Sportidentenheterna sitter på träbock eller vanlig kontrollställning tillsammans med orange/vit nylonskärm. Kodsiffror på ovansidan av enheten. På vissa ställen är det mycket tätt mellan kontrollerna så kontrollera kodsiffran noga.

### **Sprintregler**

SOFTs regelverk för sprintorientering gäller. Observera att det är heltäckande klädsel som gäller. Läs dokumentet "Särskilda sprintregler och karttecken"

(<https://eventor.orientering.se/Documents/Event/34680/2/Sprintregler-och-karttecken>) eller genomgå SOFTs nätbaserade 15-minutersutbildning (<https://www.orientering.se/utbildning/utbildningsarkiv/sprintregler-och-karttecken/>) som finns på deras hemsida.

Det är förbjudet att passera eller springa på alla bilvägar som är markerade med förbjudet område på kartan, även de små vägarna. Vägarna är inte avgränsade med snitsel eller annan markering på plats. Trottoarer är inte förbjudet område. Passage av väg som är markerad som förbjudet område får ske på platser markerade enligt nedan. Passage får då endast ske i tunnel under vägen.



Det är även 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 markerad med mörkgrön färg får inte heller passeras. Överträdelse medför diskvalifikation. Det kommer finnas vakter längs banorna.

Specialtecken på kontrollbeskrivningar: Plantering – Förbjuden att beträda – Symbol 520 – enl IOF:s anvisningar.



Om olyckan är framme och du skadar någon privat egendom – rapportera detta direkt till arrangören vid målgång.

### **Maxtid**

60 minuter

### **Brutet lopp**

Även löpare som avbryter sitt lopp måste läsa av sin SI-pinne i avläsningen i sekretariatet vid målet.

### **Vimplar m m**

Inga vimplar eller annat får stickas ner i marken på arenan.

### **PM, startlista och resultat**

Startlista publiceras på Eventor måndag 8/5 och finns anslagen på arenan. PM finns också anslaget på arenan. Resultat anslås inte på arenan men liveresultat finns. Tävligen läggs också ut på Livelox.

### **Prisutdelning**

DM-plaketter delas ut i samtliga DM-klasser. I DM-klass för vuxna delas det ut plaket till segraren. I DM-klass för ungdomar delas det ut plaketter till de 3 främsta. I övrigt delas priser ut enligt StOFs anvisningar. Prisutdelning sker när klassen är avslutad. I U-klasser får alla startande pris och deltagarna kan hämta sitt pris vid starten till minikatet.

### **Barnpassning och Minikat**

Barnpassning och minikat kommer att finnas på arenan. Vi kan tyvärr inte ta emot blöjbar på barnpassningen. Barnpassning 40 kr. Minikat 40 kr. Betalas på plats med Swish. Tillåtet att skugga på minikatet innan egen start i mästerskapsklass.

**Servering**

Servering med stort sortiment av enklare mat, fika, godis och dricka. Glutenfria, laktosfria och vegetariska alternativ finns. Serveringen öppnar kl 17.

**Dusch och toalett**

Dusch, toaletter och omklädning finns inomhus på arenan. Inga toaletter vid start.

**Första hjälpen**

Hjälp med enklare omplåstring finns på arenan.

**Tävlingsorganisation**

Tävlingsledare Kristina Thimberg - Söders Tyresö, kristinathimberg@gmail.com, 073 - 687 03 14

Banläggare Peter Andersson - Söders Tyresö

Tävlingskontrollant David Hector - Snättringe SK

Bankkontrollant Rune Rådeström - Snättringe SK

**Tävlingsjury**

Per Forsberg - IFK Enskede, 070 - 696 83 78

Henrik Trofast - Tullinge SK - 072 - 210 76 87

Åsa Lannersjö - OK Ravinen - 070 - 746 22 99

**Medarrangör**

IFK Enskede

**VÄLKOMNA!**

Söders -Tyresö