



Stockholm City Cup  
PM etapp 3  
onsdagen den 7/6 2023  
Farsta Centrum

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.

## PM gemensamt

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

### **Arena**

Farsta grundskolas skolgård.



### **Kollektivtrafik**

Tunnelbana till station Farsta, ca 700 meter till arenan. Följ snitslar och skyltning. Det finns bara en väg till arenan från tunnelbanan. Allt inom det rödmarkerade området är tävlingsområde.



### **Parkering**

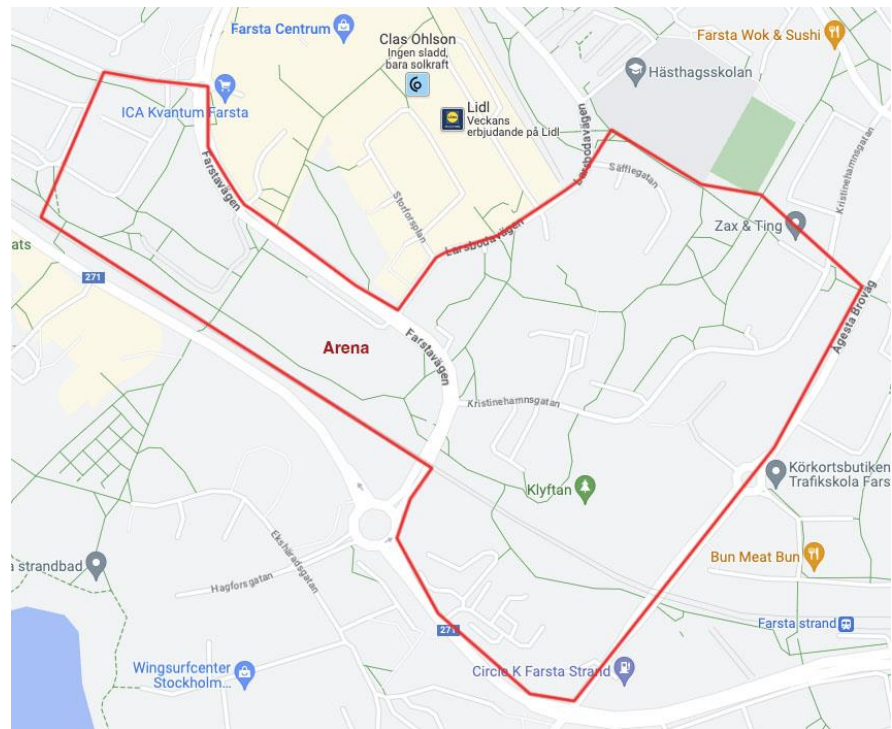
Använd kollektivtrafiken i största möjligaste mån. Cyklar går att ställas upp vid arenan.

Parkeringar för bil finns i anslutning till Farsta Centrum.

## Avlyst tävlingssområde

Söder om Farsta Centrum.

Förbjudet att vara i tävlingsområdet från kl 18:00 fram till egen start samt efter egen målgång.



## Uppvärmning

Uppvärmning kan ske i anslutning till arenan.



### **Karta**

Kartan har sprintnorm.

D21, H21, D16 och H16 har skala 1:4000, övriga har skala 1:3000.

Ekvidistans 2,5 m.

Karta är ritad av Per Forsgren år 2023 och kartlayout gjord av Magnus Asplund.

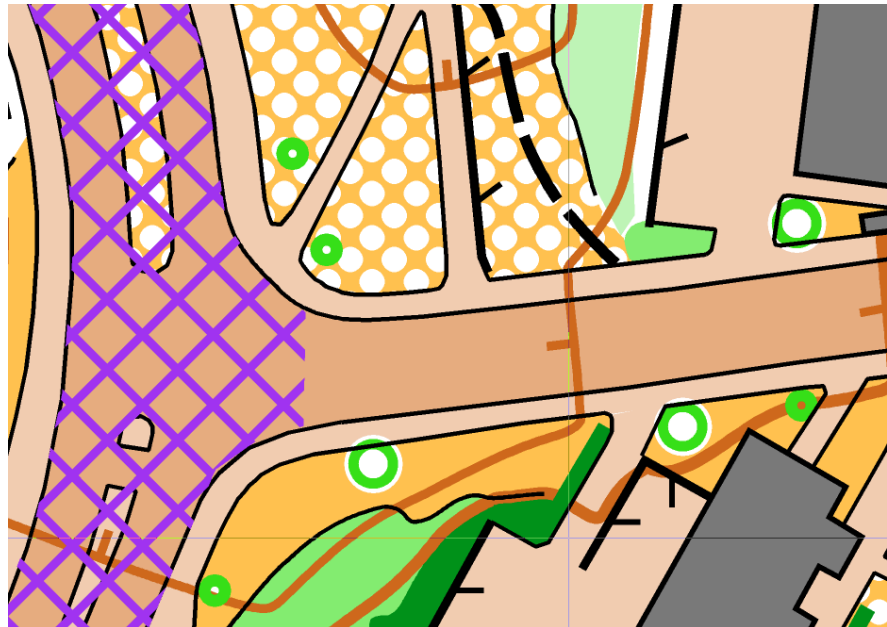
### **Terräng**

Området är kuperat med mycket bostadsbebyggelse, grönytor, trappor, vägar och gångvägar. Park, stadsbebyggelse, samt natur förekommer.

Visa hänsyn till de boende och gående i området. Det finns en hel del planteringar i området där det är förbjudet att springa. Området är relativt fritt från biltrafik, men det finns ett par lokalgator som behöver passeras. Klasserna U2, H12, D12, H14, D14, H 14 Jaktstart samt D14 Jaktstart har en obligatorisk passage som är markerad på kartan. Det kommer finnas skyltning och vakter. Övriga klasser passerar på valfritt ställe. Iaktta försiktighet.

### **Förbjudna passager**

I området förekommer förbjudna passager. På kartan är dessa markerade med violetta linjer, se exempel nedan. Blågul snitsel används för att markera de förbjudna passager i terrängen som är markerade med en ytterlinje på kartan. Saknas ytterlinje på kartan som i exemplet nedan är det löparens eget ansvar att inte passera området.



### **Klädsel**

Valfri klädsel. Större delen av alla banor går på asfalt så skor utan metalldubb rekommenderas.

### ***Stämplingssystem***

Elektronisk stämpling med SportIdents system används. SIAC med AIR+ är aktiverat, dvs SIAC kan användas med kontaktlös stämpling. Hyra av löparbricka 30 kr. Ingen uthyrning av SIAC AIR+. Hyrbrickor lämnas tillbaka vid målgång.

### ***Sprintregler***

SOFT:s regelverk för sprintorientering gäller. Genomför gärna utbildningen Sprintregler och karttecken:

<https://www.orientering.se/utbildning/utbildningsarkiv/sprintregler-och-karttecken/>

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.

Tunnelundergångar markeras på kartan enligt exempel nedan.







<b>Lokala karttecken</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>x Stort lekredskap eller annat människoframställt föremål</li><li>o Rörkonstruktion</li></ul>
<b>Resultat</b>	Rapporteras på <a href="http://liveresultat.orientering.se">liveresultat.orientering.se</a> . Publiceras även på SCC:s hemsida samt på Eventor.
<b>Kontroller</b>	Kontroller markeras med orange-vit nylonskärm. De flesta kontroller sitter på träbockar, men kontroller på plast- eller metallpinne förekommer också. Stämplingsenhet SportIdent med kodsiffra på ovansidan. Kontrollera kodsiffran. Kontrollerna skall tas i rätt ordning.
<b>Kontrollangivelser</b>	Lösa kontrollangivelser finns vid starten. Angivelserna finns även tryckta på kartan, både de med skala 1:3 000 och 1:4 000.
<b>Kartutlämning</b>	Kartan får behållas efter målgång. Visa inte kartan för tävlande som ännu inte startat - det är en förtroendefråga, Fair Play.
<b>Anmälan</b>	Ordinarie anmälan sker via Eventor fram till söndagen den 4/6 kl 24.00. Även löpare som ska springa Jaktstarten anmäler sig via Eventor i ordinarie klass.
<b>Efteranmälan</b>	Efteranmälan kan endast ske på arenan kl 17.00-19.00 på tävlingsdagen. Gäller både för löpare i ordinarie tävling och i jaktstarten.
<b>Anmälningsavgift</b>	Ungdom 60 kr, vuxna 120 kr. Efteranmälan i åldersklasser 50% höjning. Direktanmälan Medelsvår/U2, ungdom 60 kr, vuxna 170 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.
<b>Servering</b>	Välsorterad servering finns i anslutning till arenan. Det kommer finnas varm soppa, varm toast och varmkorv, samt även kaffe med kladdkaka och bullar.
<b>Sportförsäljning</b>	Ingen sportförsäljning på etappen.



- Toalett och dusch** Toaletter finns i anslutning till arenan. Ingen duschmöjlighet finns.
- Prisutdelning** Priser till de tre bästa i jaktstarten för klasserna H50, H21, H16, H14, D50, D21, D16, D14 samt till de tre med bäst sammanlagd tid i klasserna H12 och D12.
- Regler inför finalen** 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. Se separat PM i slutet av detta dokument.
- H12, D12, Medelsvår och U2 har individuell start.
- Tävlingsledning** Etappansvarig: Ulf Lundin, OK Södertörn  
Banläggare: Hugo Lindbärg, OK Södertörn  
Tävlingsansvarig: Olle Blomgren, OK Södertörn
- Information/hemsida** [stockholmcitycup.se](http://stockholmcitycup.se)

**a**



# PM Ordinarie Stockholm City Cup

**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 100 m från arenan. Följ orange-vit snitsel.

**Nummerlappar** Inga nummerlappar.

<b>Banlängder</b>	H21	2 700 m
	H50	2 400 m
	H16	2 400 m
	H14	2 000 m
	H12	1 600 m
	D21	2 400 m
	D50	2 100 m
	D16	2 100 m
	D14	2 000 m
	D12	1 600 m
	Medelsvår	2 000 m
	U2	1 300 m

**Startprocedur** **H21 och D21 samt H50 och D50 (startstämpling)**  
Tre minuter före start sker upprop i startfållan.  
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 startfållan. 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.



### **Ungdomsklass U2 (fri start)**

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

### **Medelsvår (fri start)**

Fri starttid mellan 18.30-19.30.  
Startstämpling.

### ***Målgång***

Löpare som inte springer jaktstart har en annan målfållan än de som gör det. Ett tips är att kolla fålla, mållinje och målstämplingsenheter innan start.

Målstämpla vid målenheten framför speakern. Därefter ska löparbrickan avläsas av i tältet för avläsning genom självservice. Säg till målpersonalen om du behöver hjälp. Hyrd bricka återlämnas.

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**

Självsivering vid start. Använd egna säkerhetsnålar

<b>Klass</b>	<b>Starttid från</b>	<b>Nummerlapp</b>	<b>Banlängd</b>
H14	18:30	101-150	2 100 m
D14	18:42	201-250	2 100 m
H50	18:54	301-370	2 600 m
D50	19:06	401-450	2 300 m
H21	19:18	501-580	2 900 m
D21	19:30	601-670	2 600 m
H16	19:42	701-750	2 600 m
D16	19:54	801-850	2 300 m

## **Startprocedur**

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

## **Kontrollansgivelser**

Lösa kontrollangivelser finns.

## **Gaffling**

Alla banor i jaktstarten har gaffling, dvs alla löpare springer samma sträckor men i olika ordning.



## ***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 målfålla. Ett tips är att kolla fålla, mållinje och målstämplingsenheter innan start.

# Varmt välkomna till Stockholm City Cup!