



STOCKHOLM INDOOR CUP

3-4 feb 2024

Världens största inomhusorientering!

ARENA

Etapp 1, lördag: Kungsholmens gymnasium, Hantverkargatan 69, <https://maps.app.goo.gl/Sh79WN6GmdKZaf7C7>. Ingång sker från skolgården på baksidan av byggnaden, följ skyltar & snitsel.

Etapp 2, söndag: Thorildsplans gymnasium, Drottningholmsvägen 82, <https://maps.app.goo.gl/WV71GwngGDTjjidn9>. Ingång sker från mittingången, följ skyltar & snitsel.

TRANSPORT

Kollektivtrafik rekommenderas, tunnelbana till Fridhemsplan (etapp 1) och Thorildsplan (etapp 2). SIC-snitsel och skyltar från tunnelbanan finns, på lördagen startar snitslingen från tunnelbanans uppgång mot Drottningholmsvägen. På söndagen är snitslingen från tunneln utanför spärrarna vid Thorildsplans tunnelbana.

Ingen organiserad parkering finns.

MAXTAK & ÄNDRINGAR

Vi har uppnått maxtaket för antal startande på de flesta startgrupper, om någon avanmäler sig blir en plats automatiskt ledig i Eventor. Det går att göra alla typer av ändringar i Eventor fram till onsdag 31/1 kl. 23:59. Ingen direktanmälan finns på plats.

START

Första start: etapp 1 kl 10.00, etapp 2 är 09:30. Följ orange-vit snitsel till start. 3 minuter gå-fram-tid. Start sker med starttid i alla klasser utom motions- och u-klasser som har fri start inom vald startgrupp. Ungdomsklasserna DH12 och DH14 får titta på kartan 1 minut innan start. Se även "etapps specifikt" kring starten nedan.

Klubblösa och tävlande från utländska klubbar som betalar på plats kan göra det i informationen hela lördagen eller söndagen innan start. Vi tar emot kort och Swish.

STÄMPLINGSSYSTEM

Sportident, alla varianter går bra att använda (touchfree är ej aktiverat). Långa banor har uppemot 30 kontroller vilket är max antal stämplingar som SI 5 och 8 klarar av, har du dessa undvik att stämpla dubbelt eller vid fel kontroller.

Hyra av SI-bricka 40 kr, hämtas i informationen, ej återlämnad bricka debiteras med 500 kr.

KONTROLLER

SI-enheter som sitter på orange-vita kontrollställningar. På flera ställen sitter kontrollerna mycket tätt (så nära som 2 meter från varandra).

KARTA & REGLER

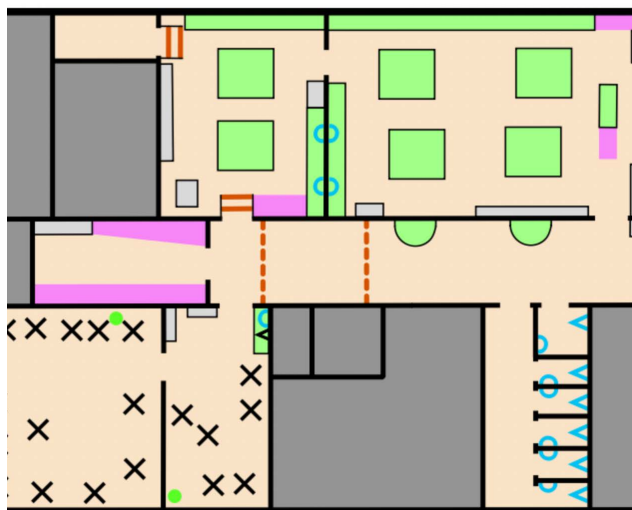
Nyritade kartor från 2023, följer den nya kartnormen för inomhuskartor. Fullständiga regler och kartnorm finns på Eventor samt på arenan. Skalan är ca 1:850 på lördagens etapp och 1:1000 på söndagens etapp. U1 har större skala, ca 1:500 båda dagarna.

Kartorna ligger inte i plastfodral, ta med själv om du önskar detta. Storleken är A3 för samtliga klasser båda dagarna. Endast lösa definitioner, båda dagarna. Möjligheten att häfta fast definitionen på baksidan av kartan finns vid starten.

Banlängder som står i startlistorna är ej den verkliga banlängden. Då kartan har flera våningar och det är inte möjligt att räkna ut den verkliga löpsträckan.

NYHET ENERGISTATION

På banan kommer vi att ha en energistation där du kan ladda batterierna med varm och kall dryck samt tilltugg. Allt för att du ska kunna hålla fokus och klara alla kluriga vägval på banan! På kartan kommer den att märkas med en mugg-symbol.



KLÄDSEL & SKOR

Heltäckande klädsel är inte nödvändigt. Endast rena skor för inomhusbruk är tillåtna, dubb- och dubbskor är förbjudna.

SÄKERHET & HÄNSYN

Funktionärer finns strategiskt placerade i tävlingsområdet, du som deltagare har en skyldighet att följa funktionärernas instruktioner. Det är oundvikligt med snäva hörn, smala trappor och mötande löpare. Högertrafik gäller, undvik att stanna för att läsa kartan i trappor eller i dörröppningar så att snabbare löpare kan passera. Använd sunt förnuft och visa hänsyn!

Vi är gäster och ber er att ha respekt för lokalerna - ta det lugnt så att ingenting förstörs. Om ni har ner något från en hylla, vänligen lägg tillbaka det på samma plats eller meddela närmaste funktionär.

Om brandlarm skulle ljuda, använd närmaste nödutgång. Kameraövervakning och filminspelning kan förekomma, genom anmälan godkänner du detta.

MAXTID

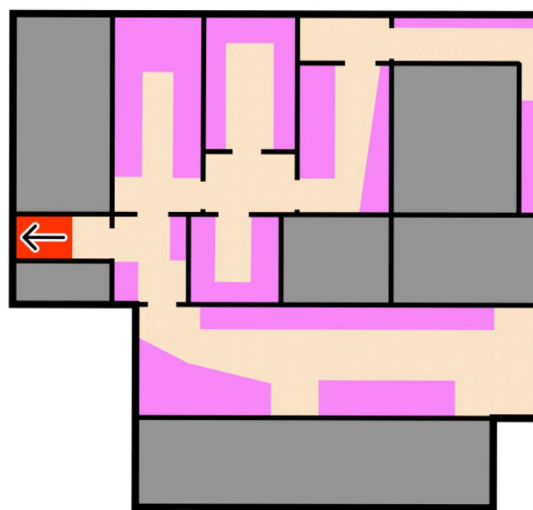
Ingen maxtid, men målet stänger 16:30 på lördagen och 16:15 på söndagen.

PRISUTDELNING

Priser delas ut till topp-3 i vuxenklasser, topp-10 i D/H16 och topp-15 i D/H14 och D/H12. Prisutdelning direkt efter avslutad tävling på söndagen och annonseras via speaker. I U-klasserna får alla pris direkt efter målgång.

NYHET ANNO 2013

I år firar Stockholm Indoor Cup 10 år sedan starten 2013, för att fira detta har vi en utställning med kartor och bilder från varje år. Ta en nostalgitripp i SIC-historien, och vill du se fler kartor och bilder så kan du besöka [vår hemsida](#).



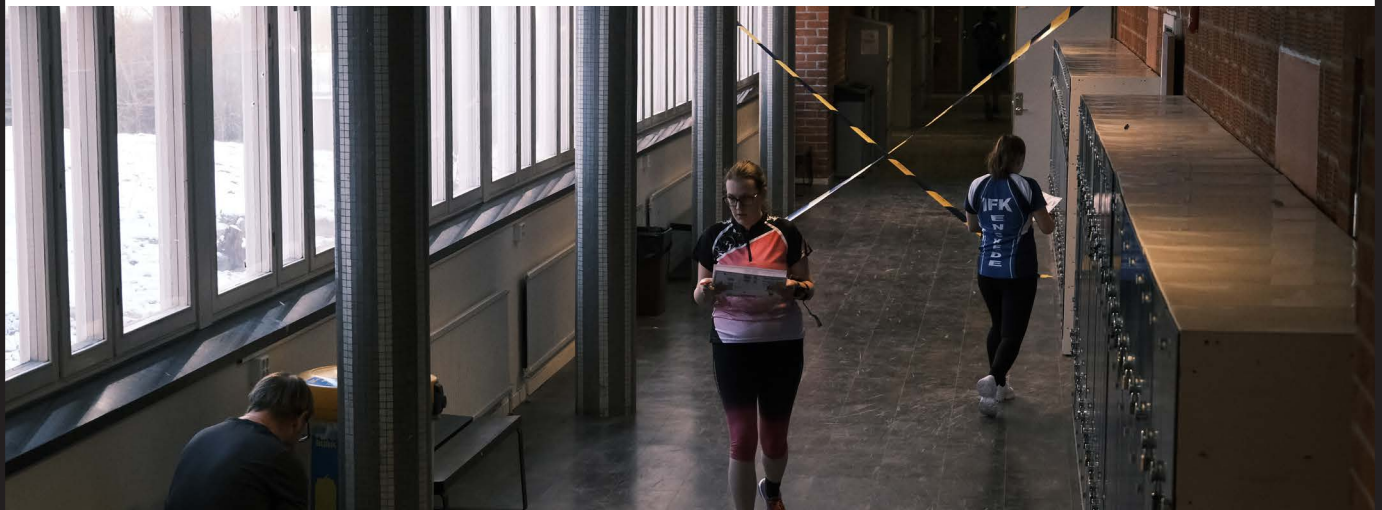
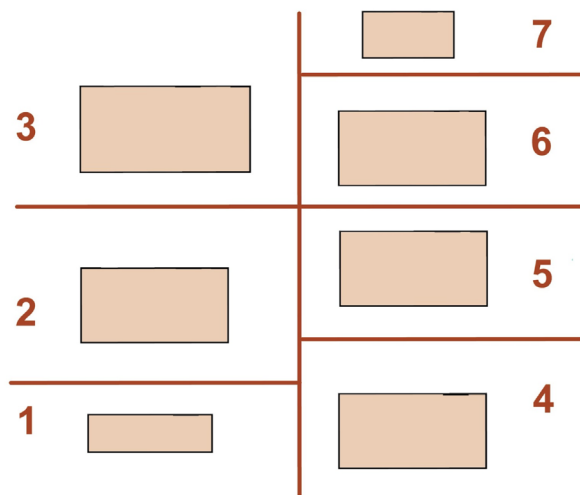
BANLÄGGARENS ORD, ETAPP 1

På första etappen av SIC 2024 kommer vi besöka en byggnad med gedigen historia. Kungsholmens gymnasium byggdes 1904 och är numera blåmärkt av Stockholms stadsmuseum, vilket innebär att byggnaden utgör "synnerligen höga kulturhistoriska värden". Det är även något som märks utifrån den häftiga arkitektur som skolan är byggd i.

Banorna kommer minst sagt vara utslagsgivande med många våningsbyten, sick-sackande i korridorer och en och annan enkelriktad passage. Gymnasiet har flera mycket breda korridorer och trapphus, något jag som banläggare naturligtvis har utnyttjat för att skapa så kluriga och roliga utmaningar som möjligt. Ett tips är att verkligen ha koll på vad pilarna i trapporna betyder (pilen pekar alltid uppåt i trappan). Det är mycket möjligt att denna etapp kommer slå rekord för antal meter avspärningsband som använts i SICs historia, så håll tungan rätt i mun!

/Assar Hellström

KARTLAYOUT, ETAPP 1

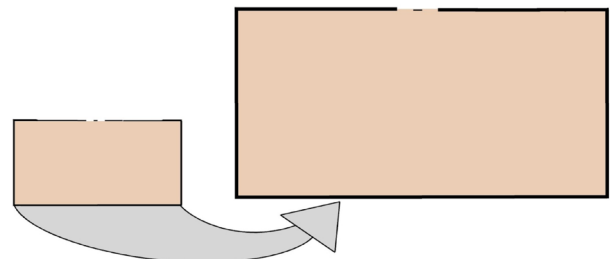


ETAPPSPECIFIKT, ETAPP 1

Start: 200 m orange-vit snitsel till start utomhus och in i ett parkeringsgarage. OBS! Bilvägen i parkeringsgaraget får ej beträdas, endast trottoaren får användas. Inga toaletter vid start.

Våningsbyte utomhus: Ett våningsbyte kommer kunna ske via en utepassage. På kartan är den redovisad med samma röda färg som trappor men utan en pil, i verkligheten är det minimal höjdskillnad.

Uppförstorad del av kartan: De flesta banor kommer ha kontroller i en uppförstorad del av kartan. Samma utrymme finns alltså som en uppförstoring och förtydligas med en pil. Se exempel till höger.



Trappor med hög belastning: Vi kommer att ha ett par trappor som har väldigt hög belastning, det är extremt viktigt att inte stanna i dessa trappor för att läsa kartan då det hindrar andra löpare och skapar trängsel. Vissa trappor kommer också att ha relativt låg takhöjd med risk att slå i huvudet för de längsta deltagarna.

E204-E212
E230-E235
E240-E243



BANLÄGGARENS ORD, ETAPP 2

Dags för upplösning av Stockholm Indoor Cup 2024! Thorildsplans gymnasium är en stor gymnasieskola med flera olika program, vilket märks i variationen med allt från uppstoppade fåglar till verkstadsutrymmen. Terrängen präglas av många raka korridorer med flera flyglar åt olika håll, och gott om trappor! Dessutom kryddas banorna av ett ganska stort antal enkelriktade passager och en och annan utepassage. Precis som på etapp 1 gäller det att ha koll på sina trappor och pilar. Har du svårt att få ihop det kan kanske ett tips vara att lyfta blicken från kartan och titta på verkligheten, så kanske pusslet går ihop enklare!

Jag gissar att banorna inte kommer upplevas som fullt så svåra som lördagens etapp, men tja, vi får väl se efteråt... Jag har lagt banor med tanken att jag själv skulle vilja springa den, oavsett om det är en lätt bana eller en svår. Det innebär mycket variation, många kombinationer, få eller inga återvändsgränder, någon enstaka sick-sack passage och lagom långt. Och så roliga kontrollpunkter förstås! Som alltid på SIC, ta en extra titt på kartan innan du lämnar kontrollen så du inte missar någon enkelriktning eller trappa. Stort lycka till och glöm inte bort att ha roligt!

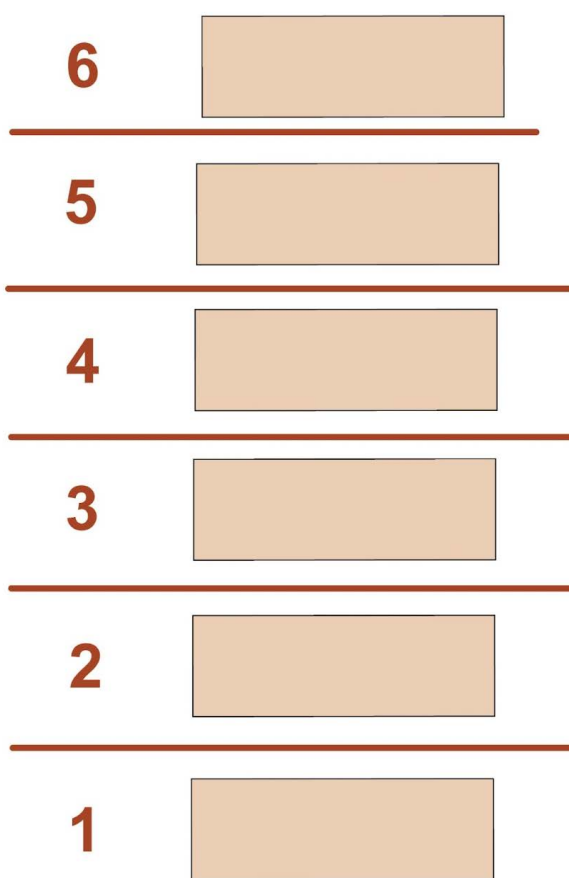
/David Hector

ETAPPSPECIFIKT, ETAPP 2

Start: 250 m orange-vit snitsel till start utomhus. Gör rent skorna när du går in till start. Endast en toalett finns vid starten, använd i första hand toaletterna på arenan.

Våningsbyte utomhus: Ett våningsbyte kommer kunna ske via en utepassage. På kartan ser den ut som en vanlig trappa men i verkligheten är det ingen trappa och svag höjdskillnad.

KARTLAYOUT, ETAPP 2



SVÅRASTE STRÄCKAN

I klasserna Herrar, Damer, H16, D16, Tanter och Gubbar delas den ärofyllda "svåraste sträckan"-tröjan ut till snabbaste damen respektive snabbaste herren i alla tre klasser på banans svåraste sträcka (enligt banläggarna).

Du behöver ej anmäla dig, alla deltar automatiskt. Följande är "svåraste sträckan":

Klass	Etapp 1 (Kontroll 36-88)	Etapp 2 (Kontroll 53-49)
Damer	4-5	5-6
D16	7-8	4-5
Tanter	5-6	5-6
Herrar	7-8	5-6
H16	8-9	3-4
Gubbar	4-5	4-5

FÖLJ OSS

Information inför tävlingarna och annat roligt kommer läggas ut på [Facebook](#) och [Instagram @stockholmindoorcup](#). Tagga inlägg #sic24

KONTAKT & TÄVLINGSLEDARE

info@stockholmindoorcup.se
Oskar Forsberg, 073-240 22 64

BANLÄGGNING

Assar Hellström (etapp 1)
David Hector (etapp 2)
Jonas Rinnbäck (bankkontrollant)

**STOCKHOLM INDOOR CUP
GENOMFÖRS I SAMARBETE MED
FREDRIKA BREMER ORIENTERINGSGYMNASIUM**

ARENA

Arenakartor finns via Eventor. Arenorna är placerade i matsalar samt en extern byggnad båda dagar. Delar av arenorna är väskfri zon, av utrymningsskäl.

Inga ytterskor på arenan för allas trevnad, detta gäller båda etapper. Ta av er skorna vid entrén, ta med egen påse att förvara ytterskor i.

[Orienteringsspecialisten](#) finns på plats under söndagens tävling och säljer diverse orienteringsutrustning.

Dusch finns på söndagens etapp i närliggande byggnad, mellan kl 9-14:30.

SERVERING & VARM MAT

Stockholm Indoor Cup kan stoltsera med en stor servering med brett utbud, det finns allt från varm och kall dryck, bakverk, smörgåsar, toast och wraps. Betalning i serveringen kan ske med kort eller Swish.

Som tidigare serverar vi varm mat, ingen föranmälan krävs i år. På lördagen erbjuds lasagne och på söndagen korv stroganoff, vegetariska alternativ finns. Till maten ingår måltidsdryck och kaffe. Serveras kl 10-15.

NYHET INDOOR GRAND PRIX

SIC är finalhelg i den nya inomhusliga Indoor Grand Prix bestående av 14 deltävlingar under vintern. Tävlade i klasserna Damer & Herrar kan samla poäng. Alla förutsättningar finns på Eventor. På söndagen sker prisutdelning för topp-3 så fort placeringen i ligan är klar. Vi kommer att uppdatera ställningen under helgen.



**INDOOR
GRAND PRIX**

