

Tävlingsinfo Sicklaloppet 10 km, 2017

Tävlingsplats

Tävlingsplatsen för Sicklaloppet är belägen på Marcusplatsen i Sickla Köp kvarter i Nacka. Tävlingsplatsen öppnar kl 07.00 på tävlingsdagen.

Start

Starten går efter en gemensam startsignal söndag 17 september 2017 klockan 13.00. Starten sker på Simbagatan cirka 300 meter öster om målområdet på Marcusplatsen.

Startområdet kommer att vara indelat i fällor där du "seedar dig själv" genom att du ställer dig i startfälla efter din förväntade sluttid. Var ärlig mot dig själv och ställ dig där du hör hemma! Fällorna är indelade i sluttiderna: under 35 min, 35-40, 40-50, 50-60 och över 60 min. Plats för elitlöpare kommer att erbjudas längst fram.

Sicklaloppet använder sig av tidtagning med så kallad "nettotid" dvs att tiden tas från det att du passerar startlinjen till dess att du korsar mållinjen. Därför är det ingen brådska i starten och det innebär att vi undviker onödig trängsel i starten och längs banan. Både netto- och brutttiderna kommer att redovisas i resultatlistan. Placering i resultatlistan anges efter bruttotiden, dvs tiden från och med startskottet.

Du förväntas vara vid startområdet senast 20 minuter före start. Obs, 13.15 stänger vi möjligheten att starta i loppet.

Tidtagning och nummerlapp

Tidtagningen och resultatservicen sköts av företaget Racetimer. Din nummerlapp innehåller ett datachip som registrerar när du passerar startlinjen och mållinjen. Nummerlappen ska fästas på bröstet med säkerhetsnålar och vara synlig under hela loppet.

Överst på nummerlappen finns en flik med datachipet utfäld rakt ut från bröstet. Riv inte bort denna flik! För att tidtagningen ska fungera optimalt ska fliken vara utvikt från kroppen med en vinkel av mellan 45 och 90 grader. Det är viktigt att du inte böjer eller viker nummerlappen så att fliken med datachipet skadas. Nummerlappen med datachipet behöver inte lämnas tillbaka efter loppet.

Uppvärmning

Gemensam uppvärmning kommer att hållas i startfällorna av SATS och vår evenemangsspeaker Annika Sjöo 15 minuter före start.

Banan

Sicklaloppets bana är naturskön längs vatten, skog och bebyggelse och är relativt flack med ett antal kortare branta backar och några längre mycket svagt sluttande backar. Ett antal 90-graderssvängar finns längs banan och på vissa ställen är det smalt. Hela banan är utmärkt med snitselband och bevakas av banfunktionärer. Banan är exakt 10 000

meter och kontrollmätt av Micke Hill, förbundsbanmätare vid Svenska Friidrottsförbundet.

Efter 3 km passeras Planivägen där polisen kommer att stänga av fordonstrafiken i 20 min från första löpare. Därefter hänvisas till ordinarie övergångsställe. Passage av Gillevägen efter 3,5 km sker genom så kallade väg-slussar efter banfunktionärers och polisens anvisningar.

Underlag

Underlaget är 60% asfalt, 30% grus och 10% träbrygga. Huvuddelen av banan går på cykelbana och mindre grusväg.

Att ge akt på

Vissa passager av banan är smala med tvära kurvor och trängsel kan uppstå. Visa hänsyn till andra och håll till höger om du springer långsammare. Grusvägen söder om Sicklasjön mellan 5,5 km och 7 km kan bitvis vara något ojämn, var försiktig! Vid regn kan träbryggorna i Hammarby Sjöstad, efter 8 km, vara hala, var försiktig! När banan går i villaområden, till exempel på Nysättravägen och Långsjövägen efter 5 km, håll dig på höger sida om vägen.

Målgång

Målet är beläget på Marcusplatsen. Efter att ha korsat mållinjen får alla fullföljande löpare en medalj. Du får också sportdryck från vår sponsor Vitamin Well, vatten, banan och choklad samt möjlighet till behandling av ett naprapatföretag. Fortsätt framåt i målfällan och följ funktionärers anvisningar.

Vätska

Två vätskekontroller med vatten och sportdryck finns efter 4,5 km vid Sicklastrandsbadet och efter 7,5 km vid Hammarbybacken. Vid målet serveras sportdryck (för 10 km-loppet) och vatten.

Underhållning

Under hela dagen underhåller vi med musik vid målplatsen och innan start erbjuder vi uppvärmning till musik som hålls av SATS. Förutom ordinarie speaker så underhåller vår evenemangsspeaker Annika Sjöo, känd hälso- och träningsprofil, löpare och publik på Marcusplatsen.

Vid första vätskekontrollen vid Sicklastrandsbadet spelas skön musik av ett Calypsoband och vid andra vätskekontrollen vid Hammarbybacken kommer du att bli peppad av musik och vår speaker. För barnen finns det olika aktiviteter på Marcusplatsen.

Startlista

Startlista för Sicklaloppet kommer att publiceras på sicklaloppet.se måndag 11 september.

Resultat

Resultat kommer att finnas på Sicklaloppets hemsida sicklaloppet.se direkt efter tävlingen.

Nummerlappar

Din nummerlapp hämtar du ut på Intersport i Sickla Köp kvarter genom att uppge ditt namn och startnummer som finns i startlistan på sicklaloppet.se från och med 11 sept.

Vi rekommenderar att du hämtar ut din nummerlapp före tävlingsdagen för att undvika trängsel.

Uthämtningen av nummerlappar är öppen mellan måndag 11 sept – fredag 15 sept kl 10.00 – 20.00 och på lördag 16 sept kl 10.00 – 17.00 på Intersport i Sickla Galleria. OBS! På tävlingsdagen söndag 17 sept hämtas nummerlapparna på Marcusplatsen mellan kl 07.30-13.00.

Priser

Hederspriser skänkta från företag i Sickla Köp kvarter och andra kommer att delas ut till de främsta i damklass och herrklass. Alla som fullföljer får medalj.

Anmälan på plats tävlingsdagen

Ordinarie anmälan via Sicklaloppets hemsida stänger söndagen 10 september kl 24.00. Anmälan kan i mån av plats även göras på målplatsen mellan klockan 07.30-12.00 på tävlingsdagen söndag 17 september. Avgiften är då 380 kr och ska betalas kontant eller via Swish nr 1234125522.

Toaletter

Toaletter finns vid målet på Marcusplatsen och urinoar finns vid starten på Simbagatan. Ett 30 tal ordinarie toaletter finns också inom Sickla Köp kvarterets område, främst i gallerierna.

Kom omklädd och klar

Vi uppmanar deltagare att komma ombytta till tävlingen och att duscha hemma efteråt. Ta med dig en torr och varm tröja att byta om till efter tävlingen.

Väskinlämning

På tävlingsplatsen Marcusplatsen finns ett område där du kan lämna in din väska medan du springer. Tillträde till väskinlämningen har du endast med nummerlapp. Vi erbjuder ingen separat värdeförvaring, lämna värdesaker hemma.

Parkering och transporter

Vi uppmanar alla deltagare att ta sig till Sicklaloppet med kollektiva färdmedel. Begränsade bilparkeringsmöjligheter finns i Sickla Köp kvarter. För deltagare som kommer med bil sker parkering i första hand på parkeringsplatsen "Nobelberget", Sickla industriväg 6. Därefter i de tre parkeringshus som finns i Sickla köp kvarter.

Matsservering

För fika, mat och dryck hänvisar vi till det stora utbud av restauranger som finns runt Marcusplatsen.

Sjukvård

Basal sjukvård för småskador samt

hjärt-/lungräddningsutbildad sjukvårdspersonal kommer att finnas tillgänglig i anslutning till start och mål. Utöver detta kommer det långa banan att finnas funktionärer som har kontakt med sjukvården vid start/mål och kan hjälpa till med larm vid eventuella allvarigare sjukdomsfall. Deltagare som under loppet bedöms vara farligt påverkade av sjukdom eller utmattningskommer att uppmanas bryta loppet.

Regler

Sicklaloppet genomförs i enlighet med Svenska Friidrottsförbundets regler för långlopp. Sicklaloppet 2017 10 km har två klasser: herrar och damer. Varje anmälan är personlig och kan inte överlåtas till annan löpare. Det är inte tillåtet att delta med barnvagn, cykel, inlines eller stavar. Varje löpare ställer upp på egen risk. Se till att du är tränad för att springa en mil.

Information

I ett tält på målplatsen märkt "Information" kan du få svar på dina frågor om Sicklaloppet. Här finns även information om Järla Orienterings ordinarie verksamhet. All information om Sicklaloppet finns på Sicklaloppets hemsida www.sicklaloppet.se. Frågor kan du ställa på info@sicklaloppet.se.

Du kan även följa Sicklaloppet på Facebook, Instagram och Twitter @sicklaloppet

Dela Sicklaloppet live

Även i år kan alla deltagare gratis använda RaceONE, en app som ger dig möjlighet till LIVE-tracking under hela ditt lopp. Med hjälp av GPS:en i din mobil kan familj och vänner följa och stötta dig under hela loppet. Läs mer och ladda ned appen på www.raceone.com

Bilder på deltagare

Alla deltagare kan komma att fotograferas och bilder på deltagare kan komma att användas i informationsmaterial för Sicklaloppet, Gruvloppet och Lilla Sicklaloppet. Ackrediterade fotografer bär väst med texten "Fotograf".

Arrangör

Arrangör av Sicklaloppet är Järla Orientering som medlem i Svenska Friidrottsförbundet. Mer information om Järlas verksamhet hittar du på Järlas hemsida www.jarla.com

Tävlingsledning

Tävlingsledare, Jonas Andersson
Banchef, Peter Wipp
Lilla Sicklaloppet, Sara Sjökvist
Sickla gruvlopp, Christian Kollberg
IT och sekretariat, Dan Wester
Arenachef, Tomas Björelind

Obs! Den allra senaste tävlingsinformationen för löpare, publik och allmänhet finns på Sicklaloppets hemsida sicklaloppet.se

