



Instruktion:

COWI-ligaen Divisionsmatch i 3., 4., 5. og 6. division i Gammel Grønholt Vang

Søndag den 19. april 2015

Stævneklassifikation	**
Deltagende klubber:	<p>3. division OK Sorø Herlufsholm OK, Næstved FSK Orientering, København Helsingør SOK</p> <p>4. division PI København Køge OK OK 73, Gladsaxe O-63, Vordingborg/NFR/Maribo OK</p> <p>5. division OK Skærmen, Værløse Amager OK DSR/Fredensborg/Vinderød Holbæk OK</p> <p>6. division Lyngby OK Kildeholm, Ølstykke OK SG, Stengården Hvalsø OK</p>
Mødested/Stævneplads:	Kratbjerg, Fredensborg / stævneplads tæt ved
Parkering:	På Kratbjerg på Skats -Plads. Afmærkning på Hillerødvej ved indkørsel til Kratbjerg
Afstande:	Parkering til stævneplads 300-600 m Stævneplads til start: 200 m Mål: På Stævneplads
Stævnekontor/Information:	Forefindes i telt på stævnepladsen
Løbskort:	Gammel Grønholt Vang 1:10.000 Ækvidistance 2,5 m. Nyteget 2015
Post definitioner:	Forefindes på løbskort og løse ved start. Holder til løse definitioner er påkrævet.

Terræn:	<p>Typisk Sjællands blandingskov med veludviklet stinet. Visse steder lidt kuperet.</p> <p>Nord i den vestlige del af skoven har Naturstyrelsen sat en spuns i afløbet for et større område, der skal blive til sø. Det er allerede delvis lykkes. Dette fremgår ikke af kortet, men området er udlagt til naturzone, så det har ikke indflydelse på banerne.</p>
Åbne baner:	<p>Løbere fra andre klubber kan frit vælge mellem bane 1 - 10 inklusive 5A og 5B som sælges fra stævnekontoret mellem kl. 11:00 og 13:00, så længe lager haves.</p> <p>Starttid vælges blandt vakante starttider inden for bestemte intervaller efter først til mølle princippet. De vakante starttider fremgår af den startliste, der hedder samlet startliste.</p> <p>Tidligste vakante start er 11:30, seneste vakante start er 13:15.</p> <p>Forhåndstilmeldte på åbne baner står på startlisten med en starttid, men kan ved henvendelse på stævnekontoret få ændret starttiden til en af de vakante starttider.</p> <p>Bemærk følgende: Banerne er i overensstemmelse med Reglementets § 5.1.2 som nævnt under punktet: Klasser og baner.</p> <p>De baner, der på startlisten hedder 2 og 2B, 3 og 3B, 4 og 4B, 6 og 6B, 7 og 7B samt 9 og 9B er de samme baner, hvorfor der kun fremgår vakante baner af den ene af disse. De vakante baner er oprettet i én klasse, f.eks. D50 på bane 4B, men kan frit vælges alle opstillingsberettigede på bane 4 og ligeså for de øvrige baner.</p> <p>Eneste undtagelse er de baner, der iht. reglementet hedder 5A og 5B, som er forskellige baner, hvorfor der er oprettet vakante baner på både bane 5A og bane 5B.</p> <p>Startafgift : Ungdom: D/H -20 kr. 50 Voksne: D/H -21 kr. 95 Leje af Sport Ident-brik kr. 15</p>
Præmier:	<p>Der er ikke præmier ved dette arrangement</p>
Tidtagning og kontrol:	<p>Sport Ident Lejebrikker for forhåndstilmeldte udleveres ved start. Alle lejebrikker skal afleveres ved mål. Ikke afleverede brikker erstattes med kr. 400.</p> <p>Deltagernes ansvar: Det er deltagerens eget ansvar at sikre, at SI-brikken ved hver postregistrerer Sport Ident-enheden. Enheden skal afgive lydssignal og/eller rødt blink. Ved evt. svigt af Sport Ident-enhed skal deltageren foretage markering i et af reservefelterne R1, R2, R3 på løbskortet med klippetangen på poststativet.</p>

<p>Start:</p>	<p>Start 1: Afstand fra stævneplads til start 1 er ca. 300 m følg rød/hvid snitzling .</p> <p>3. division: kl. 10.00 4. division: kl. 11.00 5. division: kl. 12.00 6. division: kl. 12.30 Åbne baner: I faste intervaller, der vil fremgå af startlisten</p> <p>Bemærk: Bane 10 har fri start med tidligste start svarende til den pågældende divisions første starttid, og ikke de faste starttider, som fremgår at startlisterne på hjemmesiden.</p> <p>For alle øvrige gælder følgende:</p> <p>4 min. Før start: Deltagerne fremkaldes til første startboks. Evt. lejebrik udleveres her. Alle løbere skal "clear" og "check" deres SI-brik her.</p> <p>3 min. Før start: Deltagerne træder ind i anden startboks. Her udleveres løse postdefinitioner, som må medtages af deltagere med holdere til disse. Postdefinitioner er også trykt på løbskortet med IOF symboler.</p> <p>2 min. Før start: Deltagerne træder ind i tredje boks. Deltagerne i gruppe H8, D8 og gruppe 9 får deres løbskort her og må kikke på det.</p> <p>1 min. Før start: Deltagerne træder ind i startområdet. Løbskortet ligger i en kasse hvorpå der er en markering af klasse og bane nr. Deltagerne må gå hen til kassen og tage kortet op og kontrollere banenummer og klasse. Derefter vendes kortet og vente på startsignalet.</p> <p>Deltagere på åbne baner følger samme startprocedure som de øvrige deltagere i Divisionsmatchen.</p> <p>Lejebrikker for forhåndstilmeldte udleveres ved fremkaldestedet- Alle løbere skal "clear" og "check" deres SI-Brik her.</p>
----------------------	--

Klasser og baner

Gruppe	Baner	Klasser	Længde	Poster	Start
H1	Bane 1	H-20, H- 21-, H-35	8,2	27	1
H2	Bane 2	H-40-, H-45-	7,0	21	1
H3	Bane 3	H-16, H-50-, H-55-	5,8	19	1
H4	Bane 4	H-60-, H-65-	4,7	16	1
H5	Bane 5A	H-70-	3,3	12	1
H6	Bane 6	H-14, H-16 B	4,8	16	1
H7	Bane 6	H-20-B, H-21-B, H-35-B	4,8	16	1
H8	Bane 7	H-12, H-14B, H-20-C, H-21-C	3,4	15	1
D1	Bane 2	D-20, D-21-, D-35-	6,8	19	1
D2	Bane 3	D-40-, D-45-	5,6	17	1
D3	Bane 4	D-16-, D-50-, D-55	4,7	15	1
D4	Bane 5B	D-60-, D-65-	3,6	13	1
D5	Bane 8	D-70-	3,0	11	1
D6	Bane 9	D-14, D-16-B	3,8	13	1
D7	Bane 9	D-20-B, D-21-B, D-35-B	3,8	13	1
D8	Bane 7	D-12, D-14-B, D-20-C, D-21-C	3,4	15	1
9	Bane 10	H-10, D-10, H-12-B, D-12-B, Begynder	3,1	16	1

Særligt for bane 7 og 10

På bane 7 og 10 er der snitzlet fra post 2 til 3. Endvidere er der snitzlet fra næstsidste posten og et stykke frem mod sidste posten til denne er synlig. Det fremgår af kortet og definitionerne.

Tøj Transport	Der er ikke transport af overtrækstøj
Max. tid	2,5 timer. Udgåede løbere skal melde sig i mål
Børnebane:	Gratis børnebane fra Stævnepladsen i tidsrummet kl. 10.00-13.00
Børnepasning:	Der forefindes ikke børnepasning
Overtrækstøj:	Der er ikke transport af overtrækstøj
Bad og omklædning:	Der forefindes ikke bad og omklædning i nærheden af stævnepladsen
Kiosk:	En velassorteret kiosk på stævnepladsen
Mål og resultatformidling:	Mål er ved stævnepladsen. Efter stemping af målposten aflæses SI-brikken. Lejede brikker afleveres i mål. Løbskortet inddrages ikke efter målgang. Fairplay forventes. Foreløbige resultater bliver løbende ophængt på stævnepladsen. Det vendelige resultat kommer på Farum OKs hjemmeside. Splittider kommer på Winsplit
Toiletter:	Tæt ved stævnepladsen er der placeret toiletvogne fra Godik
Stævneorganisation:	Stævneledere: Søren Færch og Bendt Frandsen Farum OK Banelægger: Ole Husen Farum OK Banekontrollant: Kurt Christensen Farum OK Stævnekontrollant: Dan Haagerup Tisvilde Hegn OK Dommer: Dan Haagerup Tisvilde Hegn OK