

# Instruktion

til åbent-stævne og divisionsmatch for Sydkredsens 1. division i COWI Ligaen søndag den 25. august i Højgård Skov.



- Løbsområde:** Brandbjerg og Højgård Skov
- Parkering/stævneplads:** Beliggende på en mark ved Brandbjergvej 25 i Husby, 7100 Vejle.
- Afmærkning fra:  
Vejkryds: Tørringvej–Hygumvej (55°46'35.46"N, 9°25'37.93"E)  
Vejkryds: Grejsdalsvej–Brandbjergvej/Højgårdvej (55°45'54.70"N, 9°30'14.18"E)
- Service:** Velassorteret kiosk hvor vi griller pølser og brød, og desuden sælger sandwich, kage, øl og vand, kaffe og the m.m.  
Toiletter: Der er toiletter på stævnepladsen og ved Start 2 (Start 2 passeres på vej til Start 1).  
Der er ikke mulighed for bad.  
Der er ingen transport af overtøj.  
Der er ingen børneaktivering.
- Stævnekontor:** På stævnepladsen, åben fra kl. 9.  
I stævnekontoret kan der købes 4 forskellige åbne baner (kort og lang svær, ml svær og let).
- Børnebaner:** Der tilbydes gratis børnebane. Der udleveres diplom til alle børn under 13 år. Start fra kl. 10.00 – 12.30.
- Afstande:** Parkering – stævneplads 200 m  
Stævneplads – start:  
Start 1 – 1900 m (Bane 1, 2, 3, 4, 5, Åben svær lang)  
Start 2 – 1700 m (Bane 6, 8, 9, Åben mellemsvær, Åben svær kort)  
Start 3 – 100 m (Bane 7, 10, Åben let)  
Mål – stævneplads ca. 50 m
- Der vil være afmærket til start 1 og 2 med små orange flag, der er stukket i jorden. Der er opstillet toiletvogn i umiddelbar nærhed af Start 2, som både Start 1 og Start 2 løbere kan benytte.
- Løbere til Start 1 vil passere en trafikeret vej på vej vejen ud til start. Vær opmærksom og vis hensyn.
- Der vil være afmærket til Start 3 med små gule flag, der er stukket i jorden.

## Klasser:

Bane	Klasse	Længde	Poster	Kort	Væske post	Højde meter	Start
Bane 1	H18, H20, H21	6660	22	10.000	ja	390	1
Bane 2	D18, D20, D21, H40	4680	21	10.000	ja	305	1
Bane 3	D40, H16, H50	3950	12	10.000	ja	270	1
Bane 4	D16	3400	13	10.000	ja	255	1
Bane 4	D50, H60	3400	13	7.500	ja	255	1
Bane 5	D60, H70	3150	16	7.500		160	1
Bane 6	H14, H20B, H21B, H45B	3430	16	10.000		185	2
Bane 7	HD12, HD14B, HD-let	2080	16	4.000		110	3
Bane 8	D70, H80	1830	11	7.500		105	2
Bane 9	D14, D20B, D21B, D45B	2930	17	10.000		170	2
Bane 10	Beg, HD10, HD12B	1870	17	4.000		105	3
Åben lang		6040	24	10.000	ja	360	1
Åben kort		3370	15	7.500		135	2
Åben ms		3090	12	10.000		125	2
Åben let		2080	16	4.000		110	3

Målestoksforholdet **1:4.000** benyttes på Bane 7 – let, Bane 10 – begynder og Åben let. Dette skyldes at der på banerne er mange tætliggende poster i et meget detaljerigt område. Disse baner har også korte stræk markeret med **plastikstrimler / snitsling** gennem terrænet.

### Væskeposter

Nogle væskeposter er ikke kommet med i postbeskrivelserne. På nogle baner vil der således være flere væskeposter end forventet.

/Banelæggeren

### Væske:

Der er væske ved Start 2 (som passeres på vej til Start 1), samt i målområdet.

### Kontrol/tidtagning:

Der anvendes Sport Ident. Egen forud tilmeldt brik kan anvendes.

Manglende briktilmelding betragtes som ønske om leje af brik. Mistet lejebrik erstattes med 400,- kr.

Lejebrikker udleveres ved start, og skal afleveres ved målgang.

Numrene på poststativerne er primært placeret vandret.

Hvis SportIdent svigter, skal den pågældende post stemples med den på posten ophængte klippetang i et af de tre reservefelter på løbskortet.

## Kort/terræn:

### Specialsignatur:

- × Shelter, jagtskjul
- × Rodkage min. 2 m



For startende fra Start 1 er der på kortet et langt nord-syd gående vandløb, som er angivet med en smal sort kant. På denne årstid er vandløbet muligt at passere med forsigtighed.

Baner med start fra Start 1 krydser den trafikerede Grejsdalvej, og senere en mindre trafikeret asfaltvej. Baner med start fra Start 2 passerer også den mindre asfaltvej.

Der vil være skiltet med "løbere på vejen" og der vil være hastighedsbegrænsning.

Vær opmærksom og forsigtig ved passage af vejene!

## Start:

Første start er klokken 10:00. Der er 3 forskellige startsteder, så check venligst på startlisterne, hvor du skal starte. I hver start er der et ur, der viser fremkaldetiden 4 minutter før start. Gå i første startboks når din starttid vises.

Boks 1. Udlevering af lejebrikker, og kontrol af SI nummer

Boks 2. Her findes løse postdefinitioner til dem, som har en holder hertil.

Boks 3. Løbere på bane 7 og 10 får udleveret kortet 2 minutter før.

Boks 4. Kortet tages op af kassen, og der må kontrolleres for korrekt bane. Kortet må ikke læses før startsignalet.

For sent startende henvender sig til startpersonalet, som vil guide ind i korrekt boks.

Løbere på Bane 7 og 10 samt Åben let har fri start i tidsrummet 9:45 til 12:00. Vi afvikler fri start efter princippet "først til mølle". Og vi sikrer, at der vil være 2 minutter mellem hver løber på samme bane.

Såfremt 2 fra samme klub står i køen, vil vi sikre os at der bliver 4 minutter mellem løbere fra samme klub ved at flytte i rækkefølgen.

Løbere på Bane 7 og 10 får udleveret deres kort 2 minutter før start, og vil blive tilbudt starthjælp såfremt det ønskes.

### **Åbne baner købt på dagen.**

Åbne baner købt på dagen bliver afviklet som "put and run". Åben let følger startproceduren som de øvrige løbere ved Start 3.

De øvrige åbne baner skal starte SI brikken ved separat start-enhed som er sat ved udlevering af kort i boks 4. De åbne baner der starter ved Start 1 og 2 kan starte i tidsrummet 10 - 11.

- Startlister:** Startlister er på løbets hjemmeside fredag den 23. august.
- Mål:** Maks løbstid er 2½ time. Løbere, der udgår, skal melde sig i mål. Løbskortet inddrages ikke, men det må selvfølgelig ikke vises til dem, der endnu ikke har løbet. Målet ligger ikke på stævnepladsen. Efter målgang går man 50 m over til stævnepladsen, hvor der er væske og brikaflæsning.
- Resultatformidling:** På stævnecentret samt på Gorms hjemmeside [www.okgorm.dk/ok-gorm-o-lob/](http://www.okgorm.dk/ok-gorm-o-lob/)  
Banerne vil umiddelbart efter løbet blive lagt på o-track
- Transp. af overtrækstøj:** Der er ikke transport af overtrækstøj.
- Præmier:** Der uddeles præmier og diplom til vinderne i H/D 10A, H/D 12A&B, H/D 14A&B og H/D 16A&B.  
Præmieuddeling kl. 12.30 eller snarest derefter.
- Stævnekontrol:** Peer Straarup, Horsens OK
- Dommer:** Henrik Dagsberg (OK Pan)
- Banelægger:** Flemming D. Andersen, OK Gorm
- Banekontrol:** Gert Pedersen, OK Melfar
- Stævneleder:** Jacob Bang, OK Gorm  
Telefon: 30680080, mail: [tvepande@gmail.com](mailto:tvepande@gmail.com)

**COWI**