

## **Indbydelse/Instruktion til VTR-løb d. 10.11.2019 i Fruens Plantage**

Mødested/Parkering:	P ved Rønnebæk skole. Afmærkning fra Ny Præstø Landevej, hovedvej nr.265. Der er kun indkørsels muligheder fra hovedvej 265.		
Afstande:	P-SP 100-200 m.	Blå snitzling.	
	SP - Start 100 m.	Gul snitzling.	
Kort:	Fruens Plantage, revideret 2019. Ækv. 2,5 m. 1:7.500. ISOM 2017-2.		
Postdefinition:	IOF symboler. Trykt på kortet samt løse ved start.		
Terræn: Fruens	Skoven består af vekslende beplantning af åben bøgeskov og tættere områder med gran samt enkelte åbne områder med brombærkrat. Der er mange veje og stier, som benyttes af mountainbikes. Bemærk, at ikke alle mountainbikes spor fremgår af kortet. Skoven er storkuperet med en del kurvedetaljer.		
Baner;	Grøn (begynder) 2,2 km. 14 p.	Blå, mini (svær) 3,5 km. 18 p.	
	Hvid (let) 3,1 km. 13 p.	Sort, kort 4,7 km. 19 p.	
	Gul (mellemsvær) 4,5 km. 18 p.	Sort, mellem 6,4 km. 24 p.	
		Sort, lang 7,2 km. 27 p.	
Kontrolenheder:	Der løbes med Sport-ident.		
1. start:	Kl. 10.00. Kort udleveres i startøjeblikket. Dog får grøn og hvid udleveret kortet 1 min før start. Der startes som "put and run". Der vil være bemandet ved start.		
Væske:	Forefindes kun ved mål.		
Postmarkering:	Der benyttes sport-ident spyd. Eksempel er opsat ved start.		
Målprocedure:	Efter målgang aflæses brik.		
Resultater:	Live opdateres ved mål og offentliggøres efterfølgende på HG og OKR hjemmesider.		
O-Track:	Banerne lægges i O-Track efter stævnet.		
Startafgift:	Kr. 15,- for børn u. 16 år. Øvrige kr. 30,-. Kontant på dagen eller via Mobilpay på telefonnr. 51777846.		
Banelægger Stævneleder & Overdommer	Jan Truelsen E-mail: <a href="mailto:janstog@stofanet.dk">janstog@stofanet.dk</a> Tlf. 41635949		