



Holbæk Orienteringsklub indbyder til Nytårsstafet Søndag den 6. januar 2019

Instruktion

| | |
|----------------|---|
| Sted | Kårup Skov og Bjergene |
| Kørevejledning | Enten via Holbæk / Gislinge / Fårevejle / Ordrup og Ordrupvej til Næsgårdsvej. Eller via Snertinge / Vindekilde / Vindekilde Strandvej og Næsgårdsvej. |



| | |
|-----------|--|
| Parkering | Parkering (rød cirkel) er på hjørnet af Næsgårdsvej og Næsvej. Følg venligst P-vagternes anvisninger, da det er en lille parkeringsplads. Tag hensyn til løbere i skoven på vej mod Stævnepladsen. Følg sort/gule snitzlinger fra P-pladsen (rød cirkel) til stævnepladsen. |
| Afstande | Der er ca. 1200 meter fra parkering til stævneplads. |

| | |
|---------------|--|
| Stævneplads | Stævnepladsen er relativt lille, og klubtelte, der opstilles på stævnepladsen skal holde sig bag de rød/hvide afmærkningerne af hensyn til løberne, ligesom man på stierne hen til stævnepladsen bedes holde sig i kanten af stien, så løberne kan komme forbi |
| Stævnekontor | Findes i telt på stævnepladsen. Åbner kl. 9:30 for udlevering af klubposer og brystnumre. På stævnekontoret foretages i øvrigt holdændringer, udlevering af lejebrikker til tilmeldte deltagere samt tilmelding til åbne baner. |
| Holdændringer | Skema til holdændringer udleveres på stævnekontoret og afleveres samme sted senest 10.30. |

Stafet - voksne

| Klasse | Starttid | Baner | Længde | Antal poster | Begrænsninger | Målestok |
|-------------------|----------|------------|--------|-----------------|--|----------|
| Mix 1. tur | 10.30 | Svær | 5,9 km | 23 (5 valgfrie) | Mindst en løber på holdet skal være dameløber. | 1:10.000 |
| Mix 2. tur | | Mellemsvær | 3,9 km | 15 | | 1:10.000 |
| Mix 3. tur | | Svær | 4,9 km | 17 | | 1:10.000 |
| Familie 1. tur | 10.35 | Svær | 4,8 km | 21 (5 valgfrie) | Alle på holdet skal være i familie | 1:10.000 |
| Familie 2. tur | | Mellemsvær | 3,9 km | 15 | | 1:10.000 |
| Familie 3. tur | | Let | 2,9 km | 14 | | 1:7.500 |
| 2T6 Herre 1&2 tur | 10.40 | Svær | 3,2 km | 13 (5 valgfrie) | Ingen begrænsninger | 1:10.000 |
| 2T6 Herre 3&4 tur | | Svær | 2,3 km | 9 | | 1:10.000 |
| 2T6 Herre 5&6 tur | | Svær | 2,4 km | 10 | | 1:10.000 |
| 2T6 Dame 1&2 tur | 10.40 | Svær | 3,2 km | 13 (5 valgfrie) | Begge løbere skal være dameløbere | 1:10.000 |
| 2T6 Dame 3&4 tur | | Svær | 2,3 km | 9 | | 1:10.000 |
| 2T6 Dame 5&6 tur | | Svær | 2,4 km | 10 | | 1:10.000 |
| 2T6 Mix 1&2 tur | 10.40 | Svær | 3,2 km | 13 (5 valgfrie) | Den ene løber skal være dameløber | 1:10.000 |
| 2T6 Mix 3&4 tur | | Svær | 2,3 km | 9 | | 1:10.000 |
| 2T6 Mix 5&6 tur | | Svær | 2,4 km | 10 | | 1:10.000 |

Start 1. tur Klassevis fællesstart med ovennævnte starttidspunkter.

Alle voksenklasser har start ved Start 1 i forbindelse med stævnepladsen. Startpunktet er ikke synligt fra stævnepladsen, hvilket især løbere på de lette baner skal være opmærksomme på! Dog er der mulighed for at komme tæt på startpunktet, når 1. turen starter.

1. og 2. tur i 2T6-stafetterne samt 1. tur i Familie- og Mix-stafetterne har 5 valgfrie poster. Når de valgfrie poster er stemplet i selvvalgt rækkefølge, opsøges de følgende poster i den angivne rækkefølge. De valgfrie posters kontrolnumre er markeret på både kort og postdefinitioner.

Snitzlinger Fra skiftezone til startpunkt er snitzlet, ligesom der er snitzlet fra sidstepost til målpost. Begge steder er snitzlingerne rød/hvide.

Stafet – voksne (fortsat)

| | |
|-------------------------------|---|
| Poster | Posterne sidder meget tæt – især i skovens nordlige del og omkring stævnepladsen, så vær meget omhyggelig med at opsøge posterne i den rigtige rækkefølge. |
| OBS Familie 1. tur | I skoven er der enkelte forbudte områder, der på kortet er markeret med rødt. Familie 1. tur har stræk, der knækker uden om forbudte områder. De forbudte områder er ikke markeret i terræn. |
| Publikumspost/ forvarsling | <p>På 3-mandsstafetterne passerer løberne på 1. og 2. tur en publikumspost, som står umiddelbart vest for stævnepladsen. Fra publikumsposten og til mål har løberne 1400-1700 meter at løbe (5-7 poster).</p> <p>Der gives ingen anden forvarsling, og det er løbernes ansvar at være klar i skiftezone.</p> <p>For 2T6-stafetterne er der ingen forvarsling.</p> |
| Mål/skiftezone | <p>Alle voksenstafetklasser har mål ved stævnepladsen. I opløbet fra sidstepost til mål er der en træstub, som løberne skal være opmærksomme på.</p> <p>Umiddelbart efter passage af mållinjen klippes målposten, hvorefter løbskort afleveres til målpersonalet.</p> <p>For 1. og 2. ture fortsættes herefter til de ophængte kort. Her tages holdets kort til næste tur, og der fortsættes frem til skiftezone, hvor løbskortet afleveres til næste løber. Herefter fortsætter alle frem til aflæsning af brikdata ved IT bord.</p> <p><u>For 2T6 stafetterne gælder følgende:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- For 2T6 klasserne bærer første løber brystnummer for "tur 1", og anden løber brystnummer for "tur 2". Brystnummeret beholdes gennem hele løbet, således at løberen med brystnummer for "tur 1" løber turene 1, 3 og 5, mens løberen med brystnummer for "tur 2" løber turene 2, 4 og 6.- For 2T6 klasserne beholder hver løber sin egen brik gennem alle 3 ture. Det er dog meget vigtigt at brikkerne aflæses efter hver målgang, således at brikken er aflæst og clearret, inden man begiver sig ud på sin næste tur!- Umiddelbart efter passage af mållinjen efter hver tur klippes målposten, hvorefter løbskort afleveres til målpersonalet. Herefter fortsætter alle frem til aflæsning af brikdata ved IT telt. |
| Efterstart | <p>For Mix- og Familie-løbere på 2. og 3. tur afvikles efterstart fra skiftezone ca. kl. 12.30. Der vil blive foretaget navneopråb ca. 5 min. før efterstarten skydes i gang.</p> <p>For 2T6 klasserne vil efterstart ske, når alle 4. ture i klassen er kommet i mål, dog senest kl. 12.40. Der vil blive foretaget navneopråb ca. 5 min. før efterstarten skydes i gang.</p> |

Børnестafet

| Klasse | Bane | Start | Længde | Antal poster | Målestok |
|-------------|----------|-------|--------|--------------|----------|
| Børn 1. tur | Begynder | 2 | 2.4 km | 16 | 1:7.500 |
| Børn 2. tur | Let | 2 | 3.3 km | 15 | 1:7.500 |
| Børn 3. tur | Begynder | 2 | 2.4 km | 16 | 1:7.500 |

- Løbsform** Børneklassen afvikles ret fleksibelt, bl.a. således at forældre enten før eller efter egen deltagelse i løbet kan nå at hjælpe sit børnehold, evt. som skygge på begynderbanen.
Derfor forventes det, at der udvises fairness ved afviklingen, uden udvikling af yderligere regler.
- Starttid** Der er fri starttid (put & run) mellem kl. 11.00 og 12.30 for alle 3 ture. Det er således ikke et krav, at turene løbes i umiddelbar forlængelse af hinanden. De 3 løberes individuelle tider lægges sammen til holdets samlede tid.
- Start** Børnестafetten har start ved start nr. 2. Afstand fra stævneplads til start 2 er 400 meter. Følg blå/hvide snitzlinger fra stævnepladsen.

Holdets løbere bærer brystnummer, som findes i den udleverede klubpose sammen med de øvrige stafetklasser. Evt. lejebrik findes ligeledes i klubposen.

Ved startstedet udleveres løbskortet, og der gives instruktion efter behov. I startøjeblikket klippes startposten.
- Mål** Børnестafetten har mål ved stævnepladsen. I opløbet fra sidstepost til mål er der en træstub, som løberne skal være opmærksomme på.

Umiddelbart efter passage af mållinien klippes målposten, hvorefter løbskort afleveres til målpersonalet. Herefter fortsættes frem til aflæsning af brikdata ved IT bord.
- Tilmelding** Tilmelding af hold til børneklassen kan også foretages på stævnedagen. Der vil dog være et begrænset antal pladser til rådighed for tilmelding på stævnedagen.

Tilmelding og udlevering af brystnummer sker ved henvendelse på stævnekontoret på stævnepladsen.
- Startafgift** Kr. 120 pr. hold. Her er der også mulighed for leje af SI-brik (15 kr.)
- Leje af SI-brik** Kr. 15

Herefter henvender løberne sig ved start – som beskrevet ovenfor.

Åbne klasser

| Klasse | Bane | Start | Længde | Antal poster | Målestok |
|--------|------------|-------|--------|--------------|----------|
| Åben 1 | Svær | 2 | 7.8 km | 23 | 1:10.000 |
| Åben 2 | Svær | 2 | 6.0 km | 20 | 1:10.000 |
| Åben 3 | Svær | 2 | 4.6 km | 18 | 1:10.000 |
| Åben 4 | Mellemsvær | 2 | 4.8 km | 16 | 1:10.000 |
| Åben 5 | Let | 2 | 3.3 km | 15 | 1:7.500 |
| Åben 6 | Begynder | 2 | 2.4 km | 16 | 1:7.500 |

| | |
|------------------|---|
| Starttid | Der er fri starttid (put & run) mellem kl. 11.00 og 12.30. |
| Start | <p>Åbne klasser har start ved start nr. 2. Afstand fra stævneplads til start 2 er 400 meter. Følg blå/hvide snitzlinger fra stævnepladsen.</p> <p>Ved startstedet udleveres løbskortet i startøjeblikket. For Åben 5 og Åben 6 dog 2 min. før. I startøjeblikket klippes startposten.</p> |
| OBS Åben 1 | <p>Åben bane 1 går ind over en mark, hvor der går køer – de er nysgerrige og meget venlige.</p> <p>I skoven er der enkelte forbudte områder, der på kortet er markeret med rødt. Åben 1 har stræk, der knækker uden om forbudte områder. De forbudte områder er ikke markeret i terræn.</p> |
| Postdefinitioner | Løse postdefinitioner kan udleveres til løbere på åbne baner, hvis de har en holder til denne. |
| Mål | <p>Åbne klasser har mål ved stævnepladsen. I opløbet fra sidstepost til mål er der en træstub, som løberne skal være opmærksomme på.</p> <p>Umiddelbart efter passage af mållinjen klippes målposten, hvorefter løbskort afleveres til målpersonalet. Herefter fortsættes frem til aflæsning af brikdata ved IT bord.</p> |
| Tilmelding | <p>Tilmelding til åbne klasser kan også foretages på stævnedagen. Der vil dog være et begrænset antal pladser til rådighed for tilmelding på stævnedagen.</p> <p>Tilmelding og betaling sker ved henvendelse til stævnekontoret på stævnepladsen. Her modtager man en kvittering, som medbringes til startsted.</p> |
| Startafgift | Løbere indtil 16 år samt løbere på Åben 5 og 6: 55 kr. pr. person Øvrige løbere 100 kr. pr. person |
| Leje af SI-brik | Kr. 15 |

Informationer gældende for alle

| | |
|------------------|--|
| Kontrolsystem | Der benyttes Sportident, SI-briknummer opgives samtidig med tilmeldingen. SI-brik kan lejes for kr. 15,- |
| Kort | <p>Kårup Skov 2016 med revisioner 2018, senest den 29.12.2018. Ækvidistance 2,5 m. Målestok 1:10.000, dog på begynder (grøn) og let (hvid) bane er kortene i 1:7.500. Udleveres på laserprintet rivefast papir.</p> <p>ISOM 2000 kortnormen, hvilket eksempelvis betyder, at "brønd" er tegnet som blå cirkel (og ikke som blå firkant). Bemærk følgende specialsignaturer:</p> <ul style="list-style-type: none">○ Trærod, min. 2 meter høj× Markant / enligtstående træ• Markant busk× Vandpost○ Bålplads× Legeredskab <p>Et enkelt sted i den nordlige del af skoven er et større legeredskab (markeret med et kryds på kortet - se specialsignaturerne herover) under konstruktion, hvorfor håndværkerne har markeret dette med rød/hvid snitzling. Det er ikke tilladt at betrede faldunderlaget af grus rundt om legeredskabet.</p> |
| Forbudte områder | I skoven er der enkelte forbudte områder, der på kortet er markeret med rødt. Familiestafet 1. tur og Åben 1 har stræk, der knækker uden om forbudte områder. De forbudte områder er ikke markeret i terræn. |
| Terræn | <p>Kårup Skov er en blandingsskov, der udmærker sig ved at være relativt flad i nordvest med et detaljerigt kurvebillede visse steder, mens resten af skoven øst/sydøst for den offentlige vej er stærkt kuperet. Stinettet er veludbygget, og i de senere år er mange mountainbikespor stødt til.</p> <p>Der er i enkelte partier undervegetation i form af brombær. I den kuperede del findes også overdrevarsarealer, som omgives af hegn, der kan være strøm i. Husk at lukke leddene igen ved passage!</p> <p>Vær opmærksom på mountainbikeryttere. Især i den kuperede del af skoven kører de hurtigt!</p> |
| Postbeskrivelser | IOF-symboler er påtrykt kortet. Der findes ikke løse postbeskrivelser til stafetturene. Løse postdefinitioner kan udleveres til løbere på åbne baner, hvis de har en holder til denne. |
| Max. tid | Sidste løber skal være i mål senest kl. 14.30, hvor inddragningen af poster starter. |
| Løbskort | Udleveres klubvis, når sidste løber på 3. tur er startet. Senest i forbindelse med efterstarten kl. ca. 12.30. |

| | |
|------------------|--|
| Overtrækstøj | Der er ingen transport af overtrækstøj fra fællesstart til stævneplads. |
| Resultater | Resultater kan ses på infoskærm på stævnepladsen og lægges ligeledes på klubbens hjemmeside hurtigst muligt efter stævnet. |
| Præmier | Præmieoverrækkelse på stævnepladsen kl. ca. 13.00. Der er placeringspræmier til nr. 1, 2 og 3 i alle stafetklasser samt lodtrækningspræmier mellem alle hold, der ikke modtager placeringspræmier. Der er ingen præmier i de åbne klasser. |
| Præmiesponsor | Intersport, Nygade 8, Holbæk  |
| Kiosk | Findes i telt på stævnepladsen med salg af suppe, pølser, sandwich, kage, kaffe, the, cacao, sodavand og øl. |
| O-butik | Løberministeriet stiller butikken op på stævnepladsen, og det vil her være muligt at købe diverse orienteringsrelaterede ting. |
| Toilet | Der findes toiletvogn i forbindelse med stævnepladsen. |
| Bad | Der er ingen bademuligheder. |
| Stævneleder | Connie Jahn, HOK, tlf. 3035 0952, mail: conniejahn1@gmail.com |
| Stævnekontrol | Bjark Bo Christensen, HOK |
| Banelægger | Finn Skouenborg, OK Øst Birkerød |
| Banekontrol | Søren Klinkby, HOK |
| Tilmelding og IT | Anton Lauritzen, tlf. 20778808, mail: anton@teamlauritzen.dk |
| Dommer | Anders Knudsen, Herlufsholm OK |

