

INSTRUKTION

til Natcup Syd, 1. afdeling, tirsdag d. 28/2-2017

Arrangør:	Kolding OK
Løbsområde:	Strandhuse/Drejens
Mødested:	Lyshøjhallen, Lyshøj Alle 1, 6000 Kolding, stævnecenter i hallens cafeteria, parkering ved Lyshøjskolen. Ved fyldt P-plads kan der parkeres ved Aldi overfor skolen.
Kortet:	Nytegnet kort, Strandhuse/Drejens, 1:4.000, sprintnorm. Printet kort på riv- og vandfast papir m. postbeskrivelser påtrykt. Ingen løse postbeskrivelser.
Terrænbeskrivelse:	Blandede boligområder, omgivet af småskov, beplantninger og græsarealer. Blandet gennemløbelighed vekslende fra svært gennemløbeligt krat til åbne græsområder. Mange veje og stier. Generelt er der ret fugtigt og blødt i området. Normale orienteringssko med knopper anbefales.
Afstande:	Parkering ved skole/hal eller Aldi overfor skolen, herfra 100-200 meter til hallens cafeteria. Fra samlingsplads til start ca. 650 meter.
Banelængder:	Bane 1, 6070 meter, 35 poster. Bane 2, 4900 meter, 29 poster. Bane 3, 3100 meter, 17 poster. Bane 4, 3490 meter, 17 poster. Bane 5, 2320 meter, 18 poster.

- Tidtagning:** Sportident, husk at cleare og tjekke brikken inden start. Lejebrikker udleveres på stævnekontoret i hallens cafeteria. Lejebrikker skal afleveres ved mål efter løbet. Mistet lejebrik skal erstattes med 450 kr. Der er ingen stiftklemme-backup på posterne.
- Start:** Samlet afgang til start kl. 19.00, start kl. ca. 19.15 (bane 1 og 2) og 19.20 (bane 3, 4 og 5).
- Service:** Toiletter i hallen/omklædningsrum. Der er mulighed for bad/omklædning efter løbet (og før hvis ønskeligt...) – se skiltning i hallens cafeteria. Der er kiosk med begrænset udvalg.
- Åbne baner:** Tilmelding på dagen er mulig på alle baner, så længe ekstra kort haves. Pris -20 år: 60 kr., 21 år-: 80 kr. Brikleje 15 kr. Sælges mellem kl. 18.30 og 19.00. Betaling gerne med Mobile Pay.
- Mål:** Der er ingen afmærkning fra sidste post til mål. Fra målpost går man til brikaflæsning i hallens cafeteria, ca. 150 meter fra mål. Målpost passeres på vej til start. Udgåede løbere skal melde sig ved brikaflæsning.
- Væske:** Der er ingen væske, medbring selv.
- Resultatformidling:** I hallens cafeteria, samlet præmieoverrækkelse efter sidste afdeling d. 14. marts i Staurby. Livelox åbnes snarest efter løbet.
- Beskidte løbesko:** Ingen adgang indendøre med beskidte løbesko, tak.
- Kontaktperson:** Per Eg Pedersen, Kolding OK, tlf. 20837456, mail: per@eg-net.dk