

Instruktion

Instruktion til Klubmesterskab Lang i Stenderup Midtskov søndag d. 9. oktober 2022



- Klassifikation:** Klubmesterskab Lang for Kolding OK. Løbet er åbent for alle.
- Løbsområde:** Stenderup Midtskov
- Parkering/stævneplads:** Gl. Skovridergaard, Mørkholtvej 5, Stenderup
- Kortet:** Stenderup Midtskov, tegnet 2016 med efterfølgende opdateringer 2017, 2021 og enkelte rettelser oktober 2022. Printede kort på riv- og vandfast papir. Postbeskrivelser er trykt på kortet og løse ved start.
**Bane 1 og 2 løber målestok 1:10.000 – OBS! Afvigelse fra indbydelsen
Øvrige baner løber 1:7.500.**
- Terrænbeskrivelse:** Forholdsvis flad skov med mange grøfter og spor. Diffuse bevoksninger vekslende mellem helt åben og meget tæt skov. Områder med undervegetation. Nogle bakker ud mod Lillebælt.
- Stævnekontor:** Findes på stævnepladsen. Åbent fra kl. 9.30.
- Afstande:** Stævneplads – start: 450 m., afmærkning med små flag
- Program:** Fra 09.00: Afmærkning P-plads åben. 09.30: Stævnekontor åbner
10.00: Første start, start åben indtil ca. 11.30. Efter løbet er der grill, en Frankfurter-pølse med tilbehør – medbring selv drikkevarer.
- Klasser:** Der tilbydes følgende baner:

Bane	Klassifikation	Banelængde/postantal	Klubmesterskabs-klasser
1	Svær	7,2 km/17	KOK: H17-39
2	Svær	5,8 km/16	KOK: D17-39, H40-54
3	Svær	4,5 km/14	KOK: D40-54, H55-69
4	Svær	3,4 km/11	KOK: D55-69
5	Svær – blå	2,7 km/10	KOK: D70, H70
6	Mellemsvær	3,9 km/10	KOK: H13-16, D13-16
7	Let	3,4 km/14	KOK: H12, D12
8	Begynder	2,7 km/15	KOK: H10, D10

- Service:** Der er ingen børnebane eller børnepasning. Ingen bad og toilet.
Der sælges sodavand og chokoladebarer.

Præmier:	Klubmestrene hædres ved klubfesten fredag d. 4/11. Kun forhåndstilmeldte løbere kan blive klubmestre.
Kontrol/tidtagning:	SPORTIDENT. Egen brik kan anvendes. Der benyttes IKKE Contactless. Lånebrikker udleveres ved stævnekontoret og skal afleveres ved målgang.
Start:	Start mellem kl. 10 og 11.30. Fri start, put and run. Undgå start for tæt på andre på samme bane.
Mål:	Følg afmærkning fra sidste post til mål. Max. tid 120 minutter. Fra målpost går man til brikaflæsning i stævnekontoret. Udgåede løbere skal registrere sig ved stævnekontoret. Der udleveres 1 flaske vand i mål. Mål er i umiddelbar nærhed af parkering.
Tilmelding:	Tilmelding på dagen er muligt, deltagelse dog uden for konkurrence. Henvendelse stævnekontor mellem kl. 10 og 11. Pris 20 kr. Mobile Pay 20698078.
Instruktion og startliste:	Lægges på Kolding OK's hjemmeside - www.koldingorienteringsklub.dk - inden løbet.
Resultatformidling:	På stævnepladsen samt efter løbet på koldingorienteringsklub.dk
O-track:	Vejvalg kan lægges op på O-track efter løbet
Banelægger:	Per Eg Pedersen
Information:	Per Eg Pedersen, tlf. 20837456