

# INSTRUKTION TIL B-LØB OG KREDSMESTERSKAB

**Stævnecenter og stævneplads:** Almstok Skydebane nordvest i Frederikshåb Plantage

**Omkklædning og bad:** Arrangeres ikke

**Toiletter:** Der er 1 toiletvogn på stævnepladsen. Kø må påregnes i perioder.

**Afstande:** Parkering – stævneplads: Max. 500 meter, Stævneplads – start: 350 meter

**Overtrækstøj:** Transporteres ikke

**Afmærkning:** På landevejen 176 mellem Billund og Egtved, ca. 5 km syd for Billund

**Børnebaner:** Start og mål på børnebanen foregår fra stævnepladsen. Børnebanen er åben fra kl. 10.00. Gratis deltagelse.

**Stævnekontor, børneparkering og kiosk:** På stævnepladsen

**Resultater:** Ophænges på stævnepladsen

**Banelængder og postantal:**

Fremgår af startlisten

**Start:** Første start kl. 10.00. Evt. efteranmeldte kan dog starte før kl. 10.

For Beg. 2, H 10 A, H 10 B, H 12 B, D 10 A, D 10 B og D 12 B er der fri starttid fra kl. 9.30 til kl. 11.30.

**Startprocedure:** Fremkald 3 minutter før start. Løbskort udleveres i startøjeblikket, begynder og lette baner dog 2 minutter før start. Lejebrikker samt backup-kort udleveres ved start-fremkald.

**Kort:** Frederikshåb, 1:10.000, ækv. 2,5 m, revideret foråret 2006. Printede kort udleveres med påtrykt postbeskrivelse i lukket plastlomme. Kortet inddrages ikke ved målgang – det er ikke tilladt at vise kort/bane til løbere der evt. ikke er startet endnu.

**Terrænbeskrivelse:**

Flad plantage med mange stier og en del områder med indlandsklitter. Gennemløbelighed varierende fra tæt til helt åben skov. Der arbejdes en del i skoven, hvorfor der kan forekomme slæbespor m.m. der ikke er med på løbskortet. I enkelte områder i skoven er der fældet bæltter af granskov på tværs af stier, der hermed er meget vanskelige at passere. Disse er markeret med røde krydser på løbskortet, og banerne er lagt så de så vidt muligt ikke passerer disse områder.

**Postbeskrivelser:** IOF-symboler, trykt på løbskortets forside. Løse postbeskrivelser ved start til løbere med medbragte holdere.

**Forbudte områder:** Indhegninger og bebyggelse/have er forbudt område. Marker der ikke må betrædes eller kantløbes er rødskraveret på løbskortet.

Skydebane er markeret med rødskravering med fuld rød kant og er i terrænet fuldsnitzlet med sort/gul. Må under ingen omstændigheder overskrides – skarpskydning!

**Væske:** Saft i mål, samt vand på de længste baner. Selvbetjening.

**Max.tid:** 2 ½ time, udgåede løbere skal melde sig i mål.

**Præmier:** Medaljer til nr. 1, 2 og 3 i A-klasser indtil 16 år. Medaljer til nr. 1 i øvrige A-klasser. Præmier til vindere i øvrige ungdomsklasser. Præmieoverrækkelse på stævnepladsen ca. kl. 13.15. Præmietagere der skal hjem tidligere, kan henvende sig i stævnekontoret.

**Biathlon Orientering:** Samtidig med B-løbet arrangeres Biathlon Orientering med samme stævneplads m.m. Afmærkninger og instrukser i relation til dette løb skal respekteres af alle deltagere.

**Prøveskydning:** Der vil - i det omfang, der er plads på banerne - være mulighed for at prøve at skyde. Efter Biathlonstævnet vil der være en time med prøveskydning. *Henvendelse ved indgangen til skydeområdet. Der er kun adgang til skydeområdet ifølge med en hjælper.*

**Overdommer:** Per Christensen, OK Esbjerg, er overdommer og træder i funktion ved evt. protester

**Mange o-hilsner fra KOK**