

FRILUFTSLAND MTB-O-CUP 20/6-2010

Instruktion

| | |
|---|---|
| Stævneplads: | Løveroddevej 6, 6092 Stenderup - følg afmærkning |
| Omkklædning og bad: | Efter løbet ved Kolding Orienterings Klubs klublokaler, Bøgelund, Bramdrup Skovvej, Kolding efter nærmere aftale med arrangørerne. |
| Toiletter: | Der er 1 toilet ved stævnepladsen |
| Afstande: | Parkering – stævneplads: Max. 100 meter, Stævneplads – start: 200 meter. |
| Parkering: | Ved stævnepladsen, følg arrangørernes anvisninger. |
| Tidtagning, resultatophæng, præmieoverrækkelse og kiosk: | På stævnepladsen. Der er endvidere også mulighed for cykelvask efter løbet. |
| Banelængder og postantal: | Fremgår af startlisten. |
| Postbeskrivelser: | Der er ikke postbeskrivelser på kortet, men kontrolnummer står sammen med postnummeret, eksempel: 7 (122) |
| Start: | Første start kl. 10.00. Evt. efteranmeldte kan dog starte før kl. 10. |
| Startprocedure: | Fremkald 3 minutter før start. Løbskort udleveres 1 minut før start. Lejebrik og backup-kort udleveres på stævnekontoret. |
| Kort: | Stenderupskovene, 1:15.000 og 1:10.000, ækv. 5 m, MTB-O-revideret efteråret 2006 i forbindelse med DM i MTB-O. Rettet sommeren 2008. Enkelte rettelser juni 2010. Printede kort udleveres med påtrykt bane og post- og kontrolnumre angivet ved posten. Der er ingen yderligere postbeskrivelse. Klasserne H 21, H 20, D 21 og H 40 kører med målestok 1:15.000 (format 30,5 x 28,5 cm), øvrige klasser 1:10.000 (format A3). Ingen kortvend. Plastlomme udleveres ved ønske. |
| Forbudte områder: | Der må ikke køres uden for stierne på kortet. Stier i rødskraverede områder må heller ikke benyttes. Der er kontrol i skoven. |

| | |
|----------------------------|--|
| Øvrige regler: | Tag hensyn til øvrige gæster i skoven, hensynsløs kørsel kan blive straffet. Cykelhjelm er påbudt. Emit-brik skal være fastgjort til cyklen. Der går en landevej gennem skoven. Denne må benyttes på normal vis, færdselsreglerne skal overholdes. I et par tilfælde er der tegnet sti på stranden., hvorfor der disse steder må køres på stranden. Ind- og udkørsel til stranden er markeret med rød/hvid snitzling. |
| Terræn: | Varieret stibillede fra store grusveje til mudrede småstier. Nogle stier er tilgroede med græs, brombær og brændenælder. Lange bukser kan være et alternativ. Husk at tjekke for skovflåter efter løbet. |
| Væske: | Der er væske i mål, samt mulighed for at fylde egen vandflaske inden start. |
| Put and ride: | Der er mulighed for tilmelding på dagen fra kl. 9.30 – 11 i den udstrækning der er ekstra kort. Pris 80 kr. + evt. brikleje 15 kr. |
| Max. tid: | 3 timer, udgåede løbere skal melde sig i mål. |
| Præmier: | Præmier til vindere i alle klasser samt i øvrigt efter deltagerantal. Overrækkes snarest efter at sidste klasse er afgjort. |
| Overdommer: | Marianne Lynge, Kolding OK |
| Stævneorganisation: | Jes Aage Henning og Per Eg Pedersen. Nærmere info på tlf. 75501228 eller 20837456. |

God tur i skoven