

INSTRUKTION TIL JFM STAFET 2011

Arrangør	Kolding Orienterings Klub		
Dato	Lørdag den 20. august 2011		
Løbsområde	Frederikshåb Plantage, nordvest-del		
Mødested	Stævneplads ved Vestre Rullebane, Koldingvej v. Billund, afmærkning på vej 176 mellem Egtved og Billund		
Kortet	O-kort Frederikshåb Vest, målestok 1:10.000, ækvilidistance 2,5 m. Nytegnat til påsken 2010 på grundlag af COWI materiale. Revideret til VM i Biathlon Orientering september 2010 samt til KUM stafet 2011. Seneste rettelsel sommeren 2011. Printede kort på rivfast papir, der ikke er pakket i plastlomme. Postbeskrivelser printet på kortets forside. Der udleveres ikke løse postbeskrivelser.		
Terræn og andre forhold	<p>Detaljeret terræn med varierende gennemløbelighed. Områder med hede og indlandsklitter. Der er gennem de seneste år arbejdet meget i skoven, hvilket den bærer præg af flere steder. Dette kan bl.a. ses af at der flere steder er arbejdsspør, og flere områder er tyndet ud og lagt ud som grendiger.</p> <p>Mange baner passerer en skydebane. Skydebanen er tegnet med fuld gul farve på kortet og må passeres overalt.</p> <p>På enkelte baner er der afmærket et stræk fra post 1 til post 2. Det drejer sig om H/D 12, 1. og 3. tur, samt H/D max. 43, 2. tur. Løberne skal følge den rød/hvide snitzling. Dette er markeret på postbeskrivelsen.</p> <p>Posterne står mange steder tæt, husk at kontrollere postens nummer.</p>		
Klasser, banelængder, postantal og sværhedsgrad	Klasse	Længde og postantal	Sværhedsgrad
	D/H-12	2,7 - 2,8 km, 16 poster	Let
		3,2 km, 15 poster, ugaflet	Begynder
		2,7 - 2,8 km, 16 poster	Let
	D/H max. 43 ældste < 20 år	4,2 - 4,3 km, 18-19 p.	Mellemsvær
		2,7 km, 16 p., ugaflet	Let
		4,2 - 4,3 km, 18-19 p.	Mellemsvær
	D 13-16	3,2 - 3,4 km, 13 p.	Svær
		4,2 km, 19 p., ugaflet	Mellemsvær
		4,8 - 4,9 km, 18 p.	Svær
D-20	3 x 4,6 - 4,8 km, 23 p.	Svær	
D21-	3 x 5,5 - 6,0 km, 20 p.	Svær	

	D35-	3 x 5,1 - 5,5 km, 18 p.	Svær
	D40-	3 x 5,1 - 5,5 km, 18 p.	Svær
	D45-	3 x 4,3 - 4,7 km, 20 p.	Svær
	D50-	3 x 4,3 - 4,7 km, 20 p.	Svær
	D55-	3 x 3,1 - 3,4 km, 13-14 p.	Svær
	D60-	3 x 3,1 - 3,4 km, 13-14 p.	Svær
		3,6 km - 3,9 km, 15-16 p.	Svær
	H 13-16	4,2 km, 19 p., ugaflet	Mellemsvær
		4,7 - 5,0 km, 18-19 p.	Svær
		H-20	3 x 5,0 - 5,3 km, 22-23 p.
	H21-	3 x 8,0 - 8,3 km, 28 p.	Svær
	H35-	3 x 7,3 - 7,8 km, 21-23 p.	Svær
	H40-	3 x 7,3 - 7,8 km, 21-23 p.	Svær
	H45-	3 x 6,6 - 6,8 km, 23-24 p.	Svær
	H50-	3 x 5,5 - 5,8 km, 21-22 p.	Svær
	H55-	3 x 5,1 - 5,5 km, 18 p.	Svær
	H60-	3 x 3,5 - 3,7 km, 16-17 p.	Svær
	H65-	3 x 3,1 - 3,4 km, 13-14 p.	Svær
	H70-	2 x 2,7 - 2,8 km, 14-15 p.	Svær
	D/H185-, mindst én dame	3 x 3,1 - 3,4 km, 13-14 p.	Svær
		6,5 - 6,7 km, 25 p.	Svær
	Åben klasse	4,7 km, 18 p., ugaflet	Mellemsvær
		3,3 km - 3,5, 16 p.	Svær
		Der uddeles medaljer til de tre første hold i klasserne op til 16 år samt D/H max 43, samt til vinderne i øvrige klasser, dog undtaget Åben klasse, hvor der er anden præmiering til det vindende hold. Kun hold fra Jylland og Fyn kan deltage i kampen om medaljerne. Eventuelt øvrige vindere modtager anden præmiering. Præmieoverrækkelse annonceres via speakningen, forventeligt omkring kl. 14.30.	
Åbne baner	Der kan i begrænset omfang købes åbne baner på dagen. Henvendelse ved børnebaner. Pris 75 kr. + 15 kr. for evt. lejebrik. Åben 1: 6,6 km svær Åben 2: 3,5 km svær Åben 3: 4,2 km mellemsvær		
Klubposer	Udleveres i kiosken ved indgang til stævnepladsen. Heri forefindes brystnumre, klubstartliste, backup-kort og lejebrikker.		
Start	11.00: H 21, H 35, H 40, D/H max. 43 11.05: H 20, H 45, H 65, D 55, D 60, D/H 185- 11.10: D 20, D 35, D 40, H 55, H 70		

	<p>11.15: D 13-16, D 21, D 45, D 50, H 50, Åben klasse 11.20: D/H-12, H 13-16, H 60 1.tur starter fra skifteboksen. Herfra løbes ca. 140 meter til startpunktet. Dette er markeret med en postskærm.</p>
Forvarsling	<p>Forvarsling sker via forvarslingspost tæt på skifteboksen. Denne post passerer af alle baner på nær H/D 12 og 2.tur på H/D max. 43. Disse baner kan dog følges på den sidste del af turen. Det er løbernes/holdets eget ansvar at holde øje med passage på forvarslingsposten. Herfra er der 5-10 minutter til målgang.</p>
Målgang/skifte	<p>Fra sidste post følges opløbet til mål/skifte.</p> <p>Hvis man skal skifte: Løbskortet afleveres i en kasse og der løbes til højre. Målposten stemples og der fortsættes til kortophæng, hvor man tager næste løbers kort og afleverer dette ved skiftet. Fortsætter til brikaflæsning i beregningen.</p> <p>Den startende løber skal nulstille brikken ved indgang til skifteboksen. Når man modtager kortet fra sin holdkammerat følges afmærkning til startpunkt, afstand ca. 140 meter.</p> <p>Hvis man løber sidste tur: Løbskortet afleveres i en kasse og der løbes til venstre. Målposten stemples og der fortsættes til brikaflæsning i beregningen.</p> <p>Der udleveres ikke stræktider men de lægges på løbets hjemmeside umiddelbart efter løbet.</p> <p>Mållinjen er markeret med et målbanner, og umiddelbart efter mållinjen stemples målposten. Jf. reglementet er det passage af mållinjen der er afgørende for placeringerne.</p>
Afstande	Parkering - stævneplads: 100 - 600 m. Følg P-vagternes anvisninger.
Væske	Der er væske (vand) i skoven på de længste baner samt i mål (vand og energidrik).
Max.tid	4 timer. Udgåede løbere skal melde sig i mål.
Efterstart	Eventuel efterstart annonceres via speakningen. Kort udleveres klubvis når sidste løber er gået i skoven.
Børnebane	Gratis børnebane med start og mål fra stævnepladsen. En del af børnebanen går i samme område som stafetten – vis hensyn til hinanden.
Service	<p>Der er en velassorteret kiosk hvor der kan købes øl, sodavand, kaffe, te, sandwich, franskbrødsadder, kage, slik.</p> <p>Resultater ophænges på stævnepladsen.</p> <p>Der er toiletter ved stævnepladsen.</p>

	<p>Der tilbydes ikke børnepasning.</p> <p>Der er ikke bademulighed i forbindelse med stævnet. Dog kan baderum ved KOK's klublokale Bøgelund benyttes efter aftale.</p>
Hold og navneændringer	<p>Hold sammensætning og startfølge kan ændres indtil kl. 10.30 på løbsdagen mod et gebyr på 30 kr. pr. hold. Henvendelse i stævnekontoret på stævnepladsen eller på mobiltlf. 20837456. Kan også sendes pr. sms til mobil 23461865.</p>
Stævneledelse	<p>Anne Gunnensen og Per Eg Pedersen, tlf.nr. 75501228/20837456, mail: per@eg-net.dk</p>
Banelæggere	Henrik og Thomas Uhlemann
Kontrollanter	<p>Banekontrol: Martin Busch, OK Snab Stævnekontrol: Anders Boysen, OK Esbjerg</p>
Dommer	Hanne Jochumsen, OK Esbjerg