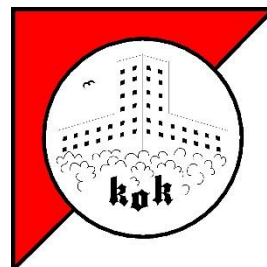


Instruktion

Instruktion til KOK træningsløb i Frederikshåb Syd/Randbøl Hede lørdag d. 2. november 2024



Klassifikation: Træningsløb – åbent for alle. Gratis for medlemmer i trekantklubberne – øvrige betaler 20 kr. på mobile pay 20698078.

Start: Start fra kl. 12.30 til 13.30. Parkering, tilmelding/kortudlevering og mål i umiddelbar nærhed af hinanden. Fra mødested til start 250 meter.

Mødested/tilmelding: Parkering på mark overfor Sdr. Almstokvej 11, 7183 Randbøl

Kortet: Frederikshåb Syd/Randbøl Hede, 1:7.500 for alle baner undtagen Maxi 1 - 1:10.000. Ækvidistance 2,5 m.

Der er løse postbeskrivelser. Kort og postbeskrivelser udleveres ved tilmelding.

Terrænbeskrivelse: Varieret løbsområde, fra flad skov med stier og skiftende bevoksning til åbne områder med spredt bevoksning. Enkelte vådområder kan ikke undgås.

Baneoversigt:

Bane	Banelængde	Poster
Mini - let bane	2,5 km	11
Midi - mellemsvær	3,9 km	12
Maxi 3 - blå svær	2,9 km	10
Maxi 2 - kort svær	4,7 km	14
Maxi 1 - lang svær	6,4 km	19

Kontrol/tidtagning: SI-stativ med lille o-skærm. Brik cleares og aktiveres ved start. Aflæsning af brik efter målgang, samme sted som kortudlevering. Postindsamling starter fra kl. 14.30. Træningen kommer til at ligge på O-Track, hvor vejvalg og tider kan uploades.

Service: Ingen børnebane, toilet, forplejning, bad/omklædning m.m.

Korttegning: Tegnet 2018 af GT Maps. Enkelte rettelser 2022-2024.

Banelægger: Gunnar Hansen, KOK