



Instruktion

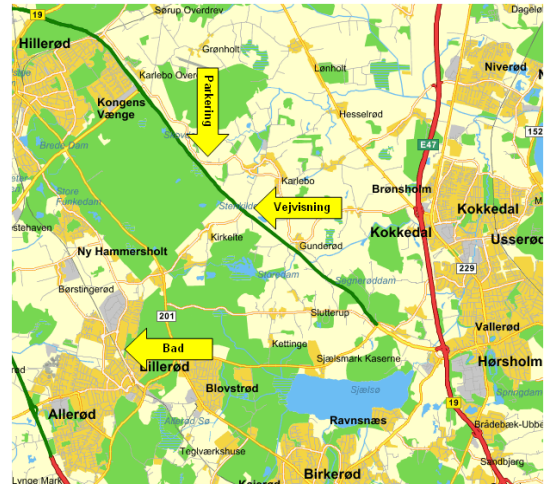


DM Mellem 2011 Lørdag den 27. august i Grønholt Hegn

Kørevejledning Vejvisning fra veikryds Kirkeltevej / Isterødvejen (rute 19). Der er vejvisning gennem Karlebo til parkering ved Prøvelyst Teglværk. Krak 65 K7

**Stævnecenter/
Stævneplads** Græsareal i den sydvestlige del af skoven.

Bad Der er mulighed for bad og omklædning efter løbet på Skovvangskolen, Poppelvej 1 i Allerød fra kl. 14-17. Afstand fra parkering 8,5 km.



Toiletter Toiletter findes i den østlige kant af stævnepladsen. Der er ikke toiletter ved start.

Afstande Parkering – stævneplads: 1500 meter
Start 1 er på stævnepladsen. Her starter klasserne D-20, D21-, H-20, H21-
Stævneplads – Start 2: 350 meter. Her starter alle øvrige klasser.
Ruten fra stævneplads til Start 2 er markeret med rød/hvid snitzling.

Rygning forbudt Rygning er strengt forbudt ved og på stævnepladsen samt i skoven. Overtrædelse af forbuddet medfører bortvisning og indberetning.

Vis hensyn Vis hensyn til beboere og lodsejere. Det er ikke tilladt at parkere andre steder end der, hvor parkeringsvagterne anviser.

Klasser

Klasse	Sværhedsgrad	Længde	Postantal	Start
D-10	Grøn – Begynder	2,6	13	2
D-12	Let – Hvid	2,7	11	2
D-14	Gul - Mellemsvær	4,0	15	2
D-16	Sort – Svær	3,6	13	2
D-20	Sort – Svær	3,8	18	1
D21-	Sort - Svær	5,3	23	1
D35-	Sort – Svær	5,3	20	2
D40-	Sort – Svær	5,2	21	2
D45-	Sort – Svær	4,6	16	2
D50-	Sort – Svær	3,8	15	2
D55-	Sort – Svær	3,6	14	2
D60-	Sort – Svær	3,6	13	2
D65-	Sort – Svær	2,1	11	2

D70-	Sort – Svær	1,8	8	2
D75-	Sort – Svær	1,8	8	2
H-10	Grøn – Begynder	2,6	13	2
H-12	Let – Hvid	2,7	11	2
H-14	Gul – Mellemsvær	4,0	15	2
H-16	Sort – Svær	4,6	16	2
H-20	Sort - Svær	4,9	19	1
H21-	Sort - Svær	6,2	27	1
H35-	Sort – Svær	5,3	20	2
H40-	Sort – Svær	5,3	20	2
H45-	Sort – Svær	5,2	21	2
H50-	Sort – Svær	4,6	18	2
H55-	Sort – Svær	4,5	15	2
H60-	Sort – Svær	3,8	15	2
H65-	Sort – Svær	3,6	14	2
H70-	Sort – Svær	3,6	13	2
H75-	Sort – Svær	2,1	11	2
H80-	Sort – Svær	1,8	8	2
H85-	Sort – Svær	1,8	8	2

Kontrol Løbet afvikles med EKT system *SPORTident*.
Lejebrikker udleveres ved start.

Løbskort Grønholt Hegn, målestok 1:10.000, nytegnet i 2011, ækvidistance 2,5 m.
Kortet er offset trykt på riv- og vandfast papir og derfor ikke i plastlommer.
Kortet er tildelt Dansk Orienterings-Forbunds kvalitetsmærke.

D-20, D21-, H-20 og H21- har tvungen passage over stævnepladsen. Den tvungne passage er snitzlet og skal følges.

Som altid, når der er stævnepladspassage for nogle baner, kan det være vanskeligt at placere postnumre entydigt på korttrykket. Derfor er der foretaget udskæringer i nogle naturzone-markeringer (forbudte områder) til brug for placering af tallene. Se eksempel.



Naturzoner Naturzoner er trykt på kortet og skal respekteres. Naturzonerne er enkelte steder markeret i terrænet med rød/hvid snitzling, hvilket er markeret på kortet med fuld optrukken linje.

Terrænbeskrivelse Blandingskov, der hovedsagelig består af løvtræer med mindre områder af nåletræer. Svagt kuperet og generelt god gennemløbelighed. Da skoven ikke ligger umiddelbart op af større byområder, er stibilledet knapt så veludviklet som normalt i Nordsjælland.

Brystnumre Alle løbere skal bære brystnummer. Ophængt ved start.

Postbeskrivelser Postbeskrivelser er trykt på løbskortet.
Der tilbydes også løse postbeskrivelser til løbere, der har medbragt holder til disse.

Start	<p>Første start kl. 11.00.</p> <p>Fremkald 4 minutter før start</p> <p>Boks 1: Udlevering af legebrikker, nulstilling og kontrol af SI-brik</p> <p>Boks 2: Udlevering af løse post beskrivelser til løbere, der har medbragt holder</p> <p>Boks 3: Begynder og lette klasser får udleveret kortet</p> <p>Boks 4: Løberen stiller sig ved kortkassen og tager kortet i startøjeblikket.</p> <p>Løbskort uden baneindtegning er ophængt i boks 2 og 3.</p> <p>For sent startende henvender sig til startpersonalet og vil blive sendt i skoven hurtigst muligt.</p>
Mål	<p>Efter stempling af målposten inddrages løbskortet.</p> <p>Alle løbere skal aflæse deres SI-brik ved beregnervognen. Det gælder også udgåede løbere.</p> <p>Max tid for alle løbere er 90 minutter.</p> <p>Der udleveres nye løbskort i klubposer fra kl. 13.30. Udleveringen sker i stævnekontoret.</p>
Væske	<p>Der er ikke væskeposter i skoven.</p> <p>Der er væske på stævnepladsen ved mål i form af vand og tynd saft.</p>
Overtrækstøj	<p>Der er ikke transport af overtrækstøj fra start til mål</p>
Medaljer/ Præmier	<p>Nr. 1 i klasserne D 21- og H 21- modtager Danmarks Idræts-Forbunds (DIF) mesterskabsmedalje.</p> <p>Nr. 2 og 3 i D 21- og H 21- modtager Dansk Orienterings-Forbunds (DOF) mesterskabsmedalje i henholdsvis sølv og bronze. Nr. 1, 2 og 3 i øvrige mesterskabsklasser modtager Dansk Orienterings-Forbunds (DOF) mesterskabsmedalje i henholdsvis guld, sølv og bronze.</p> <p>Medaljer uddeles kun til personer, der på stævnedagen er medlem af en klub under forbundet og som er dansk statsborger eller på stævnedagen er tilmeldt folkeregistret i Danmark.</p> <p>Præmieoverrækkelse forventes ca. kl. 14.30. Det nøjagtige tidspunkt vil blive annonceret af speakeren.</p>
Åbne klasser	<p>Der tilbydes åbne klasser for dem, der ikke deltager i DM-Mellem</p> <p>5,3 km svær</p> <p>3,6 km svær</p> <p>4,0 km mellemsvær</p> <p>2,7 km let</p> <p>2,6 km begynder</p> <p>Sælges i telt på stævnepladsen fra kl. 13.00 til 13.45. Løberen får udleveret bevis for køb af banen, som fremvises ved start. Løbskortet udleveres ved start. Starttid kl. 13.30 til 14.00 efter eget valg. Alle åbne klasser starter fra Start 2.</p> <p>Svære og mellemsvære klasser: 100 kr.</p> <p>Begynder og lette klasser: 55 kr.</p>

Brikleje 15 kr.

Børnebane Der tilbydes gratis børnebane. Der er kun et lille areal til rådighed, så børnebanen er en sprintbane med SPORTident poster. SI-brikker udlånes gratis.
Åben fra kl. 11.00 til 14.00.
Der er præmier til alle der gennemfører – men kun én gang.

Service Der tilbydes børneaktivering, tilmelding gennem o-service.
Åben fra kl. 10.30 til 15.00.

For løbere, der skal deltage i Midgårdssormen, tilbyder OK Sorø bespisning og overnatning. Se indbydelsen til Midgårdssormen på www.midgårdssormen.dk

Kiosk Velassorteret kiosk på stævnepladsen

Stævneledelse

Stævnekontrollant:	Tom P. Neesgaard, FSK Orientering
Banekontrollant:	Helge Lang Pedersen, Farum OK
Banelæggere:	Gert Nielsen og Naja Dan Møller, Allerød OK
Stævneledere:	Charlotte Bergmann og Erik Sørensen, Allerød OK
	Mail: staevneleder@AlleOK.dk
	Tlf. 23612105
Juryformand:	Tom P. Neesgaard, FSK Orientering
Jurymedlem:	Finn Blom, Lyngby OK
Jurymedlem:	Grethe Buch, OK Gorm
Jurymedlem:	Annette Bagger Sørensen, Silkeborg OK

