

Instruktion til Vinterlangdistance 3. afd.

søndag 14. januar 2018 i Tokkekøb Hegn og Allerød by

Allerød OK byder velkommen til Vinterlangdistance i Tokkekøb Hegn og Allerød by

- Kørevejledning** Skovvang Skolen, beliggende Poppelvej 1a, 3450 Allerød. Fra Allerød Station er der 12 minutters gang til stævnecenter.
- Afmærkning** Der vil være afmærkning på Banevang/Poppelvej.
- Parkering** Parkering skal ske på "trekanten" på hjørnet af Banevang/Poppelvej.
- Stævneplads** Stævnecenteret er i indskolingen på Skovvang Skolen.
- Mødetid** Stævnecenter er åbent fra kl. 10:00. og der er samlet afgang til start kl. 10:30
- Nødtelefon** Ved ulykke eller andet akut bruges stævnets nødtelefon på nummer: 6080 0661.
- Toiletter** Der forefindes toiletter i stævnecenteret.
- Kiosk** Der er kiosk på stævnecenteret hvor vi sælger kaffe/the og kage. Det er muligt at betale med Mobile Pay.
- Forplejning** Varm suppe er inkluderet i startafgift
- Afstande** Parkering til stævnecenter: ca. 400 m, følg gul/blå snitzling fra parkering til stævnecenter.
Stævnecenter til start: ca. 700 m, samlet afgang til start
Mål er lige uden for stævnecenteret.

Baner

Bane	Længde	Antal poster	Kort	Væskepost
Ultra lang	16,6 km heraf 3,4 km by	33	1:10.000 og 1:5.000	4
Lang	13,0 km heraf 3,4 km by	24	1:10.000 og 1:5.000	4
Mellem	7,5 km	15	1:10.000	0
Kort	4,6 km	11	1:10.000	0

På stævnedagen kan baner i begrænset omfang købes efter "først til mølle" princippet fra kl. 10.00. Pris: -20 år inkl.: 70 kr. 21-: 100 kr.

Kontrolsystem	Der anvendes SportIdent. Lejebrikker kan lejes i stævnecenteret og skal afleveres i mål. For ikke-afleveret brik opkræves 500 kr.
Kort	Tokkekøb Hegn 1:10.000, revideret 2017. Ækvidistance 2,5 m. Ultra lang og Lang desuden Lillerød By 1:5000, revideret 2014. Ultra lang og Lang har kortvend. Kortet er pakket i plastlommer.
Terræn og baner	Skoven er svagt kuperet, mest let gennemløbelig på denne årstid, mange veje og stier. Den vestlige del er bynær skov, og bruges til rekreation, herunder til hundeluftning. Der er ikke afspærring i byen, og almindelige færdselsregler skal overholdes. Alle baner undtagen Kort passerer Kongevejen 2 gange.
Postbeskrivelser	Postbeskrivelser er printet på kortet.
Start	Samlet start – husk Clear og Check inden afgang til start.
Max tid	Max tid er 4 timer, efter 3 timer påbegyndes postindsamling. Udgåede løbere skal henvende sig i mål.
Resultater	Resultater vises løbende på skærm i stævnecenteret og vil efterfølgende kunne ses på: http://alleok.dk/blog/2017/11/29/vinterlang-14-januar-2018/
Bad	Der er mulighed for bad og omklædning i Skovvang Skolens kælder (følg skilte), dog skal tasker stilles i stævnecenteret mens du er ude at løbe.
Evt. aflysning	I tilfælde af ekstremt vejr, vil løbet kunne aflyses indtil kl 8:00 om morgenen på løbsdagen og fremgår af arrangørklubbens hjemmeside
Officials	Stævneleder: Ulla Place Petersen Banelægger: Erik Sørensen

Vel mødt i skoven!