



Allerød OK og OK ØST Birkerød indbyder til
3 dages MTBO løb på Sjælland
Trimtex MTBO Cup – Dansk MTBO Cup

INDBYDELSE

Stævnet består af 4 løb:

En forkortet mellemdistance i Store Dyrehave og Egedam fredag d. 16/8 2019.

En dobbeltsprint i hhv. Rude Skov lørdag 17/8 formiddag, og en forlænget sprint i Bistrup Hegn samme eftermiddag.

Et langdistanceløb i Rude Skov søndag d. 18/8 2019.

Alle stævner er underlagt Dansk Orienterings-Forbund og følger MTBO Reglement 2019: <https://do-f.dk/dansk-orienterings-forbund/vejledninger-reglement-arkiv/reglement-mtbo-2019/download>. **Det er deltagerens ansvar at kende og følge reglerne.** MTBO køres på stier og veje. Det er **forbudt at begive sig udenfor skovens stisystem** og at benytte spor, der ikke er gengivet på kortet.

OBS: For at vi kan køre i weekenden med målgang efter kl 11 er det aftalt med Skov- og Naturstyrelsen i hovedstaden, at deltagerne skal anvende ringeklokke, ligesom der skal bæres nummerskilte, et foran på cyklen og et på ryggen. Ringeklokke skal anvendes ved enhver passage af skovens øvrige gæster – det er diskvalifikationsgrund ikke at overholde dette.

Arrangør og dato:	Kort mellemdistance 16/8, vindertid 30-45 min: Dobbeltsprint 17/8, sprint 1: normal sprintdistance: Dobbeltsprint 17/8, sprint 2: forlænget sprint,+20-40 %: Langdistance 18/8:	Allerød OK OK ØST Birkerød OK ØST Birkerød OK ØST Birkerød
Stævne	MTBO 3 dages stævne med 4 løb. NB! Det samlede resultat af deltagerens samlede tid for begge afdelinger i dobbeltsprinten indgår som afdeling #10 i Trimtex Cup/Dansk MTBO Cup 2019.	
Løbsområder	Forkortet mellemdistance: Store Dyrehave og Egedam Dobbeltsprint: afd. 1: Rude Skov nord afd. 2: Bistrup Hegn Langdistance: Rude Skov	
Mødested	Kort mellemdistance: Dobbeltsprint: Langdistance:	Bakkedraget, 3400 Hillerød – nærmere information i Instruktion. OK ØST Birkerøds klubhus. Ravnsnæsvej 103, 3460 Birkerød. Stævnecenter ved klubhuset. Samme sted som dobbeltsprint.
Parkering	Kort mellemdistance: Dobbeltsprint: Langdistance:	Parkering ved stævnecenter, hvilket betyder på villaveje i området og parkering ved Hillerød Hospital. Men tag hensyn, og bemærk at der er p-vagter i området. Sjælsøskolen, Ravnsnæsvej 120, 3460 Birkerød. Lige overfor stævnecenter, afstand 200 m. Følg markering Samme sted.

Kort	<p>Fredag: Store Dyrehave Nord og Egedam, målestok 1:10.000 ækvidistance 2.5m printet på A3 tykt papir men ikke vandfast. Revideret i 2019.</p> <p>Lørdag: Rude Skov Nord, 1:7.500, 2019, 2.5 m ækvidistance, riv & vandfast papir. Bistrup Hegn, nyrevideret 2019, Birkerød By 1:7.500, 2,5 m ækvidistance, riv & vandfast papir.</p> <p>Søndag: Rude Skov, nyrevideret 2019, 1:10.000, 2,5 m ækvidistance, riv & vandfast papir.</p>
Terrænbeskrivelser	<p>Store Dyrehave/Egedam: Åben skov med MTB-spor, kombineret med åbent kuperet område med mange stier. Tvungen krydsning af trafikeret hovedvej via tunnel.</p> <p>Rude Skov Nord: Bynær skov med skiftevis skovarealer, bebyggede områder og åbne engarealer.</p> <p>Bistrup Hegn, Dumpedal: Bynær skov med mange stier. Hundeskov. Grundet stor anvendelse af skoven må man påregne at hugninger på kort tid kan ændres så de minder om stier. Hertil større åbne områder. Nogle baner kan krydse befærdet vej.</p> <p>Rude Skov: Blandingsskov med veludbygget stinet, moderat kuperet og med et længere MTB Spor, markeret med blå på træer, der også angiver den foretrukne kørselsretning. Køres der mod retningen bedes man være ekstra opmærksom og bør holde tilbage ved behov. Større vej passeres, vis agtpågivenhed.</p>
Klasser	<p>H/D 11: Let, D14, H14: Mellemsvær D17, H17: Svær D20, H20: Svær D21, H21: Svær D40, H40: Svær D50, H50: Svær D60, H60: Svær D70, H70: Svær H/D 75: Svær H/D 80: Svær</p> <p>Banelængde anføres i instruktionen. Åbne baner i 3 længder ved alle løb.</p>
Kontrol/Tidtagning	Elektronisk tidtagning med Sport Ident, evt. lejebrik udleveres i stævnecenter.
Start	<p>Fredag : Stævnecenter åbner kl. 17.00, første start kl 18.</p> <p>Lørdag sprint 1: Stævnecenter åbner kl. 9.00, første start kl. 10.</p> <p>Lørdag sprint 2: første start kl. 14.</p> <p>Ved disse tre løb er der individuel start med 1 min mellemrum.</p> <p>Søndag: Stævnecenter åbner kl. 9.00. Samlet start kl. 10.00-10.30.</p>
Afstande	<p>Fredag, stævnecenter-start: 2.800 m. Mål-stævnecenter: 200 m.</p> <p>Lørdag sprint 1: Se instruktion, følg rød/hvid snitzling. Mål-Stævnecenter, se instruktion.</p> <p>Lørdag sprint 2: ca. 5000 m Kortudsnit udleveres, Der må opfordres til at man cykler fra stævnecenter til start, da der er yderst begrænsede p-muligheder ved starten. Mål-stævnecenter: samme kortudsnit.</p> <p>Søndag samlet start: Stævnecenter – start: ca. 800 m, rød/hvid snitzling.</p>
Service	Fredag: Se instruktion.

	<p>Lørdag og søndag: Er vejret ok, fyrer vi op i grillen mellem de 2 sprinter lørdag. Ellers kaffe og kage i stævnecenter. Husk kontanter eller MobilePay. Toiletter og bad i stævnecentret, Mulighed for cykelvask ved stævnecenter.</p>
Tilmelding	<p>Tilmelding sker via O-service til alle 4 stævner. For deltagere uden adgang til O-service: Fredag: henrik.joergensen@icloud.com Lørdag, sprint 1+2: jes.steen@ymail.com Søndag, langdistance: jes.steen@ymail.com</p> <p>Startafgifter: Fredag: H/D<21: 60 kr. H/D 21 – H/D 80: 90 kr. Lørdag, begge løb: H/D<21: 60 kr. H/D 21 – H/D 80: 135 kr. Søndag: H/D<21: 60 kr. H/D 21 – H/D 80: 90 kr.</p> <p>Deltagere der ikke kan tilmeldes/betale via O-service betaler i stævnecenter senest ½ time før første start. Lejebrik: +25 kr. Mistet lejebrik erstattes med 300 kr.</p>
Organisation og stævneledelse	<p>Stævneleder, fredag: Henrik Jørgensen - henrik.joergensen@icloud.com</p> <p>Stævneleder, lørdag & søndag: Jes Steen - jes.steen@ymail.com</p>
Banelægger/kontrol	<p>Fredag: Peter Reibert Hansen, Allerød OK/Troels Bent Hansen, Allerød OK Lørdag 1: Morten Nørgaard & Katja Brunstedt, OK ØST/Jes Steen, OK ØST Lørdag 2: Jes Steen, OK ØST/Morten Nørgaard & Katja Brunstedt, OK ØST Søndag: Claus Carlsen, OK ØST/Jes Steen, OK ØST</p>
Stævnekontrollanter	<p>Fredag: Ulla Place Petersen, Allerød OK Lørdag: Katja Brunstedt, OK ØST Søndag: Tove Andersen, OK ØST</p>
Dommer	MTBO Udvalget