

Postdefinitioner	Postdefinitioner er printet på kortet. Der er ingen løse postdefinitioner.
Start	Der er samlet afgang til start kl. 18.30. Startliste er ophængt i stævnecentret samt ved start. Find og husk dit startnummer. Der er clear og check ved start. Der er samlet start for alle i en klasse: Kl. 18.45: H1, H4, D4, H5 og D5 Kl. 18.50: H2 og D2 Kl. 18.55: H3 og D3 Deltagere som kommer for sent til start skal henvende sig til startpersonalet og herefter følge deres anvisninger.
Mål	Der er 350 m fra målposten til stævnecenter og aflæsning af SI-brik. Følg afmærkning. Udgåede løbere skal også henvende sig i stævnecentret og få aflæst deres brik. Der er væske umiddelbart før aflæsning udenfor bygning.
Max tid	Max tid er 2 timer.
Overtrækstøj	Der er ikke transport af overtrækstøj.
Præmier	Der er ingen præmier på selve dagen. Der er en gennemgående konkurrence hvor 6 ud af 8 løb er tællende. Se detaljer i fællesindbydelsen.
Ordensregler	Stævnecenteret er "strømpefodder-område". Almindelige sko kan stilles i garderobeområdet. O-løbesko eller andet snavset fodtøj stilles udenfor indgangen.
Mad og drikke	Efter løbet er der mulighed for at smøre mad, hertil kaffe og te.
Resultater	Resultater vises i stævnecentret. Resultater og stræktider bliver lagt på løbets hjemmeside så hurtigt som muligt.
Eftertilmelding	Der vil være mulighed for eftertilmelding og leje af SI-brikker i begrænset omfang mellem kl. 17.45 og 18.15. Startafgift for D/H -20: 65 kr. og D/H 21- : 85 kr. Prisen for leje af SI-brik er 15 kr. Ved bortkomst erstattes med 500 kr. Betaling med lige penge eller via MobilePay.
Stævnledere Banelægger Stævnekontrollant Banekontrollant	Lise Jonassen, Allerød OK, tlf. 29310757, mail: lise@engelstedjonassen.dk Erik Sørensen, Allerød OK Charlotte Bergmann, Allerød OK John Petersen, Allerød OK