

Instruktion til SM Nat 2020

Dato Onsdag den 18. marts 2020 kl. 18.30 - 22.30.
Stævnecentret har åbent fra kl. 18.30.

Arrangør Allerød OrienteringsKlub

Stævnet Klassifikation ★★

Løbsområde Ravnholt Skov

Stævnecenter Kratbjergskolen, afdeling Ravnholt, Søgården 3, 3450 Allerød. Indgang på østsiden af skolen. I stævnecentret er stævnekontor, informationer, resultater, kiosk og salg af åbne baner. Bade- og omklædningsrum i Ravnholtshallen kan benyttes.

Parkering Ved skolen samt kantparkering på Søgården og Hjortevænget.
Afmærkning fra krydset Rådhusvej/Søgården

Løbskort Ravnholt Skov, revideret 2019.
Ækvadistance 2,5 m. Printede kort pakket i plastlommer.
Målestok 1:10.000 og 1:7.500, se nærmere i skemaet nedenfor.
Klasse H21 har kortvend.



Specialsignaturer:

- X Rodkage (>2m)
- O Markant træ
- X Bænk/skraldespand
- O Bålsted

Posterne står tæt, så tjek kontrolnummeret!

Den megen regn i vinter har medført, at vand i grøfter og moser nogle steder står højere end angivet på kortet. Nogle steder er der også vand i lavninger og slugter, der på kortet er angivet som tørre.

Løbsterræn Skoven er en blandingsskov med udbredt stinet. En del mindre stier kan være svære at se på grund af visne blade, og hvis der er sne. Hovedsagelig god gennemløbelighed, men også områder med tættere bevoksning. Let kupering.

Afstande Parkering til stævneplads 100-300 m.
Stævneplads til start: 1.400 meter, afmærket med rød/hvide bånd
Mål 100 m fra stævnecentret.

Klasser Klasser til SM Nat:

Klasse	Sværhedsgrad	Længde	Antal Poster	Kort	Kortvend
D12	Hvid – Let	3,1	14	1:10.000	-
D14	Gul – Mellemsvær	3,8	12	1:10.000	-
D16	Sort – Svær	3,8	15	1:10.000	-
D20	Sort – Svær	5,3	18	1:10.000	-
D21	Sort – Svær	6,5	20	1:10.000	-
D35	Sort – Svær	4,5	16	1:10.000	-

D45	Sort – Svær	3,8	15	1:7.500	-
D55	Sort – Svær	3,8	15	1:7.500	-
D65	Blå – Svær	3,2	12	1:7.500	-
H12	Hvid – Let	3,1	14	1:10.000	-
H14	Gul – Mellemsvær	3,8	12	1:10.000	-
H16	Sort – Svær	6,1	19	1:10.000	-
H20	Sort – Svær	8,7	24	1:10.000	-
H21	Sort – Svær	11,4	28	1:10.000	Ja
H35	Sort – Svær	8,7	24	1:10.000	-
H40	Sort – Svær	7,5	23	1:10.000	-
H45	Sort – Svær	6,5	20	1:10.000	-
H50	Sort – Svær	6,1	19	1:10.000	-
H55	Sort – Svær	5,3	18	1:7.500	-
H60	Sort – Svær	4,5	16	1:7.500	-
H65	Sort – Svær	4,5	16	1:7.500	-
H70	Blå – Svær	3,2	12	1:7.500	-
H75	Blå – Svær	3,2	12	1:7.500	-

Åbne baner

Åbne baner kan købes på dagen i tidsrummet 19.00-20.0. Der tages forbehold for udsolgte baner. Fri start mellem kl. 20.00 og 20.30 (Put & Run).

Tilmelding på dagen: Startafgift <21 år: 55 kr., øvrige 100 kr.

Brikleje: 15 kr. Mistet SI-brik erstattes med 500 kr.

Klasse	Sværhedsgrad	Længde		Kort
Åben1	Sort – Svær	7,5	23	1:10.000
Åben2	Sort – Svær	4,5	16	1:7.500
Åben3	Blå – Svær	3,2	12	1:7.500
Åben4	Gul – Mellemsvær	3,8	12	1:10.000
Åben5	Hvid – Let	3,1	14	1:10.000

Præmier

Medaljer uddeles hurtigst muligt efter løbet. Forventes at ske fra kl. 21.30.
Der er guld-, sølv- og bronzemedaljer til nr. 1, 2 og 3 i ungdomsklasserne samt i D21 og H21.
Der er guldmedaljer til vinderne i øvrige seniorklasser.
Det er alene deltagere fra klubber i Østkredsen, der kan modtage medaljer.

Skygning

Ifølge reglementet punkt 2.6 er skygning IKKE tilladt ved kredsmesterskaber.

Kontrolsystem

Der anvendes SportIdent. Lejebrikker udleveres ved start. Alle lejebrikker skal afleveres efter aflæsning. For ikke-afleveret brik opkræves 500 kr.
Det er deltagernes eget ansvar at sikre, at SI brikken registreres ved hver post med blink og/eller lydsignal.

Postdefinitioner

Postdefinitioner er trykt på kortet. Der er også løse postdefinitioner ved start til løbere, der medbringer holder til disse.

Væske

Der er ikke væskeposter i skoven.
Der er væske i stævnecentret.

Starttidspunkt

Første start kl. 19:30 (solnedgang kl. 18.19). Individuel start for deltagere i SM-klasserne.
Åbne baner kan starte frit mellem kl. 20.00 og 20.30.

Følg skiltning og rød/hvid snitzling fra stævnecenter til start, 1.400 m.

Start er ved en vej med ringe trafik. Se dig alligevel for, før du løber over vejen. Pas specielt på cyklister.

Start

Alle løbere skal "clear" og "check" deres SI-brik inden fremkald.

Hvide baner tilbydes starthjælp.

4 minutter før start fremkaldes deltagerne til første startboks. Lejebrik udleveres her.

3 minutter før start træder deltagerne ind i anden startboks. Her findes løse postdefinitioner, som må medtages af deltagere med holdere til disse. Postdefinitioner er også trykt på løbskortet med IOF-symboler.

2 minutter før start træder deltagerne ind i tredje boks. Deltagerne på grønne og hvide baner får deres løbskort her og må kikke på det.

1 minut før start træder deltagerne ind i startområdet. Her tager øvrige løbere kort fra kortkasse for egen klasse.

Det er tilladt ved et kig på postdefinitionen - på kortet - at forvisse sig om, at det er det rigtige kort, men derudover er det ikke tilladt, at se på kortet før i startøjeblikket.

Startpunktet er ved startlinjen og er markeret på løbskortet.

For sent startende løbere skal henvende sig til startpersonalet, som vil være behjælpelig med startforløbet.

Specielt for åbne baner:

- "Clear" og "check" SI-brik ved fremkaldsstedet
- Tag løse definitioner, hvis du har definitionsholder
- Gå til startstedet. Her tager løbere kort fra kortkasse for egen klasse/bane. Det er tilladt ved et kig på postdefinitionen - på kortet - at forvisse sig om, at det er det rigtige kort, men derudover er det ikke tilladt, at se på kortet før i startøjeblikket.
- Starttidspunktet bestemmes af startpersonalet.
- Start ved at putte SI-brikken ned i startenheden

Overtrækstøj

Overtrækstøj transporteres fra Start til stævnecentret

Mål

Mål er 100 m fra stævnecentret. Følg afmærkning til aflæsning af brik i stævnecentret. Lejede SI-brikker afleveres. Udgåede løbere skal henvende sig i mål.

Max tid er 2 timer.

Løbskortene inddrages ikke efter målgang. Fairplay forventes, herunder at løbskortene ikke vises til ikke startende løbere.

Resultater

Resultater vises løbende på skærm i stævnecentret. Umiddelbart efter løbet offentliggøres resultater på Allerød OK's hjemmeside <http://alleok.dk> og på www.o-result.dk

Banerne kommer på O-track efter løbet.

Kiosk

I kiosken sælges der Pølser med brød, kaffe, te og kager.

Bad og toiletter

Der er toiletter i stævnecentret og ved omklædningsrummene. Der er ikke toiletter ved start, heller ikke mulighed for at bruge naturen.

Der er mulighed for bad og omklædning i Ravnsholthallen.

Stævneleder	Jytte Olander og Charlotte Bergmann, Allerød OK, tlf. 61166650, mail: staevneleder@alleok.dk
	Træffes ved henvendelse i stævnekontoret
Stævnekontrollant	Betty Folino, FIF Hillerød
Banelægger	Erik Sørensen, Allerød OK
Banekontrollant	Ronald Clausen, DSR
Jury	Birgitte Halland OK Øst, Masha Semak Farum OK og Lars Olsen OK Roskilde
Korttegner	Flemming Bruun, Allerød OK