



## Instruktion til MTBO SM – LANG Distance d. 16. Oktober 2022 i Grib Skov Midt

Arrangør	OK ØST Birkerød																																																																																																														
Navn	MTBO SM - Lang distance																																																																																																														
Dato	Søndag d. 16. Oktober 2022																																																																																																														
Løbsområde	Grib Skov Midt og Syd																																																																																																														
Mødested/Parkering	Kildeportvej, Parforce Trail Parkering – 55.96724, 12.31616 Der er begrænset P mulighed på denne plads – ellers køres videre til 8-Stjernen. Følg P-vagters anvisning.																																																																																																														
Stævneplads	Kildeportvej, Parforce Trail Parkering – 55.96724, 12.31616																																																																																																														
Bad, omklædning og toilet	Der forefindes ikke omklædnings- eller badefaciliteter. Der er opsat toilet ved stævnepladsen.																																																																																																														
Kiosk	Der er ingen stævnekiosk																																																																																																														
Afstande	Parkering til stævneplads: 0 – 200 m. Stævneplads til start: 500 m. Følg rød/hvis snitzling																																																																																																														
Baner og klasser	<p>Banespecifikationer til SM-MTBO LANG samt de åbne baner:</p> <table border="1"><thead><tr><th>Klasse</th><th>Længde km</th><th>Målestok</th><th>Postantal</th><th>Kortvend</th></tr></thead><tbody><tr><td>D14</td><td>12.4</td><td>1:15.000</td><td>12</td><td>Nej</td></tr><tr><td>D17</td><td>20.7</td><td>1:15.000</td><td>15</td><td>Nej</td></tr><tr><td>D20</td><td>20.7</td><td>1:15.000</td><td>15</td><td>Nej</td></tr><tr><td>D21</td><td>29.5</td><td>1:15.000</td><td>22</td><td>Ja</td></tr><tr><td>D40</td><td>20.7</td><td>1:15.000</td><td>15</td><td>Nej</td></tr><tr><td>D50</td><td>20.7</td><td>1:15.000</td><td>15</td><td>Nej</td></tr><tr><td>D60</td><td>20.7</td><td>1:15.000</td><td>15</td><td>Nej</td></tr><tr><td>D70</td><td>12.4</td><td>1:15.000</td><td>12</td><td>Nej</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>H14</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>H17</td><td>20.7</td><td>1:15.000</td><td>15</td><td>Nej</td></tr><tr><td>H20</td><td>29.5</td><td>1:15.000</td><td>22</td><td>Ja</td></tr><tr><td>H21</td><td>29.5</td><td>1:15.000</td><td>22</td><td>Ja</td></tr><tr><td>H40</td><td>29.5</td><td>1:15.000</td><td>22</td><td>Ja</td></tr><tr><td>H50</td><td>29.5</td><td>1:15.000</td><td>22</td><td>Ja</td></tr><tr><td>H60</td><td>20.7</td><td>1:15.000</td><td>15</td><td>Nej</td></tr><tr><td>H70</td><td>20.7</td><td>1:15.000</td><td>15</td><td>Nej</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>D/H-12</td><td>6.0</td><td>1:10.000</td><td>9</td><td>Nej</td></tr><tr><td>D/H75</td><td>12.4</td><td>1:15.000</td><td>12</td><td>Nej</td></tr><tr><td>D/H80</td><td>12.4</td><td>1:15.000</td><td>12</td><td>Nej</td></tr></tbody></table>	Klasse	Længde km	Målestok	Postantal	Kortvend	D14	12.4	1:15.000	12	Nej	D17	20.7	1:15.000	15	Nej	D20	20.7	1:15.000	15	Nej	D21	29.5	1:15.000	22	Ja	D40	20.7	1:15.000	15	Nej	D50	20.7	1:15.000	15	Nej	D60	20.7	1:15.000	15	Nej	D70	12.4	1:15.000	12	Nej						H14					H17	20.7	1:15.000	15	Nej	H20	29.5	1:15.000	22	Ja	H21	29.5	1:15.000	22	Ja	H40	29.5	1:15.000	22	Ja	H50	29.5	1:15.000	22	Ja	H60	20.7	1:15.000	15	Nej	H70	20.7	1:15.000	15	Nej						D/H-12	6.0	1:10.000	9	Nej	D/H75	12.4	1:15.000	12	Nej	D/H80	12.4	1:15.000	12	Nej
Klasse	Længde km	Målestok	Postantal	Kortvend																																																																																																											
D14	12.4	1:15.000	12	Nej																																																																																																											
D17	20.7	1:15.000	15	Nej																																																																																																											
D20	20.7	1:15.000	15	Nej																																																																																																											
D21	29.5	1:15.000	22	Ja																																																																																																											
D40	20.7	1:15.000	15	Nej																																																																																																											
D50	20.7	1:15.000	15	Nej																																																																																																											
D60	20.7	1:15.000	15	Nej																																																																																																											
D70	12.4	1:15.000	12	Nej																																																																																																											
H14																																																																																																															
H17	20.7	1:15.000	15	Nej																																																																																																											
H20	29.5	1:15.000	22	Ja																																																																																																											
H21	29.5	1:15.000	22	Ja																																																																																																											
H40	29.5	1:15.000	22	Ja																																																																																																											
H50	29.5	1:15.000	22	Ja																																																																																																											
H60	20.7	1:15.000	15	Nej																																																																																																											
H70	20.7	1:15.000	15	Nej																																																																																																											
D/H-12	6.0	1:10.000	9	Nej																																																																																																											
D/H75	12.4	1:15.000	12	Nej																																																																																																											
D/H80	12.4	1:15.000	12	Nej																																																																																																											
Åbne baner	<p>Der er salg af åbne baner på stævnepladsen fra kl. 10.40 Åbne baner har fri start, put &amp; ride i tidsrummet 11.00 – 11.45 Der kan betales kontant eller med MobilePay. Startafgift: ungdom (D/H-20) 70 kr, senior (D/H21-): 100 kr. Leje af brik koster 15 kr Lejebrikker udleveres ved stævnekontoret/mål.</p> <table border="1"><thead><tr><th>Klasse</th><th>Længde km</th><th>Målestok</th><th>Postantal</th><th>Kortvend</th></tr></thead><tbody><tr><td>Åben 1</td><td>20.7</td><td>1:15.000</td><td>15</td><td>Nej</td></tr><tr><td>Åben 2</td><td>12.4</td><td>1:15.000</td><td>12</td><td>Nej</td></tr><tr><td>Åben 3</td><td>9.0</td><td>1:15.000</td><td>11</td><td>Nej</td></tr><tr><td>Åben 4</td><td>6.0</td><td>1:10.000</td><td>9</td><td>Nej</td></tr></tbody></table>	Klasse	Længde km	Målestok	Postantal	Kortvend	Åben 1	20.7	1:15.000	15	Nej	Åben 2	12.4	1:15.000	12	Nej	Åben 3	9.0	1:15.000	11	Nej	Åben 4	6.0	1:10.000	9	Nej																																																																																					
Klasse	Længde km	Målestok	Postantal	Kortvend																																																																																																											
Åben 1	20.7	1:15.000	15	Nej																																																																																																											
Åben 2	12.4	1:15.000	12	Nej																																																																																																											
Åben 3	9.0	1:15.000	11	Nej																																																																																																											
Åben 4	6.0	1:10.000	9	Nej																																																																																																											

Tidtagning og kontrol	Der anvendes SportIdent enheder – det vil ikke være touch-free Ved evt. svigt af vanlig elektronisk stempling, skal posten klippes manuelt med klippetangen i kortet. Løbere, der ikke er tilmeldt med egen brik, er tildelt en lejebrik, se startlisten.
Løbskort	Grib Skov, revideret grundigt op til O-Campen 2022, samt umiddelbart op til dette løb. Ækvidistance 2,5 m. Målestok 1:15.000 og 1:10.000 – Alle kører på A3 Vandfast papir.
Terrænbeskrivelse	Grib Skov Midt og Syd er med blandet vegetation og et rigt stinet som visse steder bærer præg af de gamle parforce mønstre. Løbsområdet gennemskæres af en jernbane som skal passeres flere gange. Kuperingen i Grib Skov er svag til middel. Grib Skov er som bekendt del af Nationalpark Kongernes Nordsjælland.
Regler	Stævnet er underlagt Dansk Orienterings-Forbund og følger MTBO Reglement 2021: <a href="https://www.do-f.dk/danskorienteringsforbund/vejledninger-reglement-arkiv/mtbo-reglement-2021/download">https://www.do-f.dk/danskorienteringsforbund/vejledninger-reglement-arkiv/mtbo-reglement-2021/download</a> Det er deltagerens ansvar at kende og følge reglerne. MTBO køres på stier og veje. Det er forbudt at begive sig udenfor stier, veje eller spor, der ikke er gengivet på kortet.. <b>Det er forbudt at krydse igennem skoven.</b> <b>Ringeklokke er påbudt.</b> <b>Ved overgang over Kildeportvej <u>SKAL</u> der trækkes eller løbes – Vi har vagt ved denne overgang.</b> <b>Mange baner passerer den gennemgående jernbane flere gange – venligst orienter jer ordentligt og tænk over at togets fløjten ikke altid kan høres da dine hjul i fart larmer!</b>
Start	Første start. 11:00 Startprocedure: Der er fremkald 3 minutter før start. Kortet tages fra kasse 1 minut før start. I boks 1: Noteres navn på deltager og låne brikker udleveres. I boks 2: afventer I boks 3: 1 minut før start tages kortet fra kasse af deltageren. Deltagerene er selv ansvarlig for at tage det korrekte kort. Der er ikke toilet ved start
Skygning	Skygning er tilladt i D/H12 og på åbne baner.
Mål	Max tid 2½ time. Kort inddrages ikke efter målgang. Vi henviser til fairness. Udgåede deltagere skal henvende sig ved mål.
Resultater	Resultater vises elektronisk på stævnepladsen samt på OK ØST's hjemmeside <a href="#">Liveresultat orientering :: SM - MTBO Gribskov Midt [2022-10-16]</a>
Præmier	Der er kåring af Sjællandske Mestres ved overrækkelse af Østkredsens medaljer når alle klassernes vindere er i mål.
Stævneledelse	Stævneleder: Bjarne Topp, OK ØST Birkerød Stævnekontrollant: Ellis Sommer, OK ØST Birkerød Banelægger: Allan Topp, OK ØST Birkerød Banekontrollant: Steven Hansen, OK ØST Birkerød Beregning og resultater: Thomas Østergaard, OK ØST Birkerød