

## Instruktion til SM Nat 2024

Dato Onsdag den 13. marts 2024 kl. 18.15-22.30  
Stævnecentret har åbent fra kl. 18.15 i skolens kantine, indgang fra øst.

Arrangør Allerød OrienteringsKlub

Løbsområde Ravnholt Skov

Mødested Ravnholt skolen, Søparken 3, 3450 Allerød  
GPS 55.856496, 12.342951.

Parkering Skolens P-plads samt kantparkering på Søparken og eventuelt på Hjortevænget. På Hjortevænget må du ikke holde ud for beboernes indkørsler.

Afmærkning Afmærkning med O-skærm fra Rådhusvej/Søparken

Løbskort Ravnholt Skov, revideret februar 2024.  
Ækvidistance 2,5 m. Printede kort pakket i plastlommer.  
Målestok 1:10.000 og 1:7.500, se nærmere i skemaet nedenfor.  
Postbeskrivelser er trykt på kortet. Løse postbeskrivelser til deltagere, der medbringer holder til disse.



Specialsignaturer:  Trærod  
 Bålsted  
 Skulptur

Posterne står tæt, så tjek kontrolnummeret!

Løbsterræn Skoven er en blandingsskov med udbredt stinet. En del mindre stier kan være svære at se på grund af visne blade. Hovedsagelig god gennemløbelighed, men også områder med tættere bevoksning. Let kupering.  
Der er pt. vand i en del lavninger og høj vandstand i moserne. En del moser er pt. impassable, selvom de ikke er angivet sådan.

Afstande Parkering til stævnecenter 100-300 m  
Stævnecenter til start 550 m, følg skiltning og rød/hvid afmærkning.  
Mål til stævnecenter 100 m

Klasser Klasser til SM Nat:

Klasse	Sværhedsgrad	Længde	Antal Poster	Kort målestok
D12	Hvid – Let	2,9	9	1:10.000
D14	Gul – Mellemsvær	3,9	10	1:10.000
D16	Sort – Svær	5,2	9	1:10.000
D20	Sort – Svær	6,0	12	1:10.000
D21	Sort – Svær	7,2	14	1:10.000
D35	Sort – Svær	6,0	12	1:10.000
D45	Sort – Svær	5,2	9	1:7.500
D55	Sort – Svær	4,4	9	1:7.500
D65	Blå – Svær	4,4	9	1:7.500

D75	Blå – Svær	2,9	7	1:7.500
H12	Hvid – Let	2,9	9	1:10.000
H14	Gul – Mellemsvær	3,9	10	1:10.000
H16	Sort – Svær	6,4	13	1:10.000
H20	Sort – Svær	8,2	16	1:10.000
H21	Sort – Svær	10,2	19	1:10.000
H35	Sort – Svær	8,2	16	1:10.000
H40	Sort – Svær	7,2	14	1:10.000
H45	Sort – Svær	7,2	14	1:7.500
H50	Sort – Svær	6,4	13	1:7.500
H55	Sort – Svær	6,4	13	1:7.500
H60	Sort – Svær	6,0	12	1:7.500
H65	Sort – Svær	5,2	9	1:7.500
H70	Blå – Svær	5,2	9	1:7.500
H75	Blå – Svær	4,4	9	1:7.500
H80	Blå – Svær	2,9	7	1:7.500
H85	Blå – Svær	2,9	7	1:7.500

#### Åbne baner

Åbne baner kan købes i stævnecentret i tidsrummet 19.00-19.45. Der tages forbehold for udsolgte baner. Fri start mellem kl. 19.30 og 20.00 (Put&Run).  
Pris: Til og med 20 år: 75 kr. Over 20 år: 110 kr.

Klasse	Sværhedsgrad	Længde	Antal Poster	Kort målestok
Åben1	Sort – Svær	7,2	14	1:10.000
Åben2	Sort – Svær	5,2	9	1:7.500
Åben3	Blå – Svær	2,9	7	1:7.500
Åben4	Gul – Mellemsvær	3,9	10	1:10.000
Åben5	Hvid – Let	2,9	9	1:10.000

#### Medaljer

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.

Præmieoverrækkelsen vil ske hurtigst muligt efter løbet. Forventes at starte kl. 21.00.

#### Skygning

Skygning er IKKE tilladt i mesterskabsklasserne.

#### Kontrolsystem

Der anvendes SportIdent. Enhederne understøtter touchfree anvendelse.

Der er Clear og Check ved start.

Det er deltagernes eget ansvar at sikre, at SI brikken er tømt og registreres ved hver post med blink og/eller lydsignal.

Der forefindes klippetang på stativet, som benyttes i tilfælde af svigt, og der klippes i kanten på løbskortet.

Lejebrikker udleveres ved start. Lejebrikker er ikke touchfree.

Alle lejebrikker skal afleveres efter aflæsning. For ikke-afleveret brik opkræves 500 kr.

#### Væske

Der er ikke væskeposter i skoven. Væske i stævnecentret.

#### Start

Følg skiltning og rød/hvid snitzling fra stævnecenter til start, 550 m.

Startlister kan ses på løbets hjemmeside.

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

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 postbeskrivelser til deltagere med holdere til disse. Postbeskrivelser er også trykt på løbskortet med IOF-symboler.

2 minutter før start træder deltagerne ind i tredje boks. Deltagerne i H12 og D12 får deres løbskort her og må se på det.

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

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

Startpunktet kan ses fra startlinjen og er markeret på løbskortet.

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

Overtrækstøj	Der er transport af overtrækstøj fra start til stævnecentret.
Mål	Fra mål følg afmærkning til stævnecentret ca. 100 m. I stævnecentret aflæses SI-brikken. Lejede SI-brikker afleveres. Udgåede løbere skal henvende sig ved brikaflæsning. Max tid er 2 timer.  Løbskortene inddrages ikke efter målgang. Fairplay forventes, herunder at løbskortene ikke vises til ikke startende løbere.
Resultater	Resultater vises på skærm i stævnecentret og på: <a href="#">Liveresults :: SM Nat 2024 [2024-03-13] (orientering.se)</a> Umiddelbart efter løbet offentliggøres resultater på Allerød OK's hjemmeside <a href="http://alleok.dk">Http://alleok.dk</a> og på <a href="http://www.o-result.dk">www.o-result.dk</a> Banerne kommer på O-track efter løbet.
Kiosk	I kiosken kan købes pastasalat, kage, te, kaffe, øl og vand.
Bad og toiletter	Der er omklædningsrum, bad og toiletter i Ravnsbolhallen, indgang fra øst. Ved start er 1 toilet.
Stævneleder	Erik Sørensen, Allerød OK, tlf. 23612105, mail: <a href="mailto:staevneleder@alleok.dk">staevneleder@alleok.dk</a>
Stævnekontrollant	Tage V. Andersen, OK Øst Birkerød
Banelægger	Steen Leisner Larsen, Allerød OK
Banekontrollant	Charlotte Bergmann, Allerød OK
Dommer	Kurt Thuesen, FSK Orientering
Korttegner	Medlemmer af Allerød OK. Seneste revision lavet af Erik Sørensen