



Holbæk Orienteringsklub indbyder til

VTR NAT

Tirsdag den 1. marts 2016

Instruktion

Mødested/Parkering: P-pladsen midt i skoven (Munkholmvej, 4300 Holbæk)



Afstand til start/mål: P – start/mål 100 m.

Start: Fri start mellem kl. 19 – 19.30.

Der er mulighed for at starte allerede fra kl. 18:00 på samtlige baner, men i så fald løber man uden for konkurrence.

Kort: Munkholm Skov, 1:10.000, 2,5 m ækvidistance. Revideret efteråret 2014.
Laserprintet på vandafvisende papir.

Terræn: Svagt kuperet blandingsskov, med veludbygget stinet. Skoven er overvejende åben, men med en del underskov i form af brombær.

Baner:

Bane	Længde	Poster
Sort, Lang	6,2	22
Sort, Mellem	4,4	17
Hvid	2,9	14
Begynder	2,3	10

Kontrolkort: Sport-Ident.

Postbeskrivelse: IOF. Er trykt på løbskortet.

Start: Kort udleveres i forbindelse med registrering, og medbringes til Start, som befinder sig ca. 100 meter fra registrering. Man sørger selv for et passende startinterval. Starttid mellem 19:00 og 19:30. (18:00-19:00 hvis man løber uden for konkurrence) Startpost stemples i startøjeblikket.

Væske: Forefindes kun ved mål.

Postmarkering: Der benyttet SI-spyd. Eksempel er opsat ved start.

Omkl/bad/toilet Forefindes ikke.

Resultater: Tilgængelige på HOK hjemmeside senest dagen efter.

Præmier: Til den bedst placerede i den gennemgående konkurrence.

Point: Fra VTRNAT-reglement:

I alle løb får vinderen af en bane 100 point. De efterfølgende løbere får fratrukket 1 point pr. minuttal, de er langsommere. Endelig placering udregnes som pointgennemsnit af 2 bedste løb nedrundet til heltal – dog får alle deltagere i finaleløbet 10 bonuspoint.

I tilfælde af point lighed er afslutningsløb afgørende.

Startafgift: Over 16 år kr. 25,-.

Under 16 år kr. 10,-.

Leje SI-brik kr. 10,-.

Tilmelding: På dagen.

Banelægger Mogens Jensen