Indbydelse/Instruktion til VTR-løb d. 29.11.2013 i Fruens Plantage og Rønnebæk Overdrev

Mødested/Parkering:	P-plads ved Rønnebæksholm. Afmærkning fra Ny Præstø Landevej.
Afstande:	P-SP 50-100 m. SP - Start 1 (Sorte baner) 300 m. Følg afmærkning (Grøn snitzling). SP – Start 2 (Grøn – Hvid og Gul bane) 600 m. Følg afmærkning (Rød snitzling).
Kort:	Sorte baner; Rønnebæk Overdrev, revideret 2015. Ækv. 2,5 m. 1:10.000. Øvrige baner; Fruens Plantage, revideret 2015. Ækv. 2,5 m. 1:6.000.
Postdefinition:	IOF symboler. Trykt på kortet samt løse ved indregisrering..
Terræn: Rønnebæk	Åbent tidligere militært øvelsesterræn med god gennemløbelighed og gode oversigtsforhold. Dog er der kommet en del selvsåede træer/buske som begynder at skyde i vejret. Kun få veje/stier men til gengæld mange detaljer i form af enligt stående træer/buske, huler/lavninger og små moser/søer. Moderat kuperet med en del kurvedetaljer. **Der går ca. 80 køer rundt i området.**
Terræn: Fruens	Skoven består af vekslende beplantning af åben bøgeskov og tættere områder med gran samt enkelte åbne områder med brombærkrat. Der er mange veje og stier, som benyttes af mountainbikes. Bemærk, at ikke alle mountainbikes spor fremgår af kortet. Skoven er storkuperet med mange kurvedetaljer.

Baner;

Grøn (begynder)	2,4 km.	12 p.	Sort, mini (svær)	3,4 km.	9 p.
Hvid (let)	3,1 km.	14 p.	Sort, kort	5,0 km.	13 p.
Gul (mellemsvær)	4,4 km.	17 p.	Sort, mellem	6,8 km.	18 p.
			Sort, lang	8,3 km.	22 p.

Butterfly;	Bane Sort, lang har 1 bytterfly post. Husk, at klippe ved begge besøg.
Målposter;	Der er 2 målposter . Begge målposter er placeret i skoven. Husk derfor at få aflæst din brik, når du kommer ind til stævnepladsen
Kontrolenheder:	Der løbes med Sport-ident.
1. start:	Kl. 10.00. Kort udleveres i startøjeblikket. Dog får grøn og hvid udleveret kortet 1 min før start. Der startes som ”put and run”. Der vil være bemandet ved de 2 starter.
Væske:	Forefindes kun ved mål.
Postmarkering:	Der benyttes sport-ident spyd. Eksempel er opsat ved start.
Målprocedure:	Efter målgang aflæses brik.
Resultater:	Ophænges ikke, men vil hurtigst muligt blive lagt på HG’s hjemmeside.
Startafgift:	Kr. 10,- for børn u. 16 år. Øvrige kr. 25,-. Kontant på dagen eller via Mobilpay på nedennævnte telefonnr.

Banelægger
Stævneleder &
Overdommer

Jesper Børsting
Fællesejevej 16
4700 Næstved Tlf. 51777846 E-mail: jesperborsting@post.tele.dk