



Holbæk Orienteringsklub indbyder til



## Divisionsturneringen "Cowi-Ligaen" for 1. og 2. division Samt åbne baner

Søndag den 5. maj 2019

# Instruktion

**Stævnet .....**: Divisionsturneringen \*\*  
Divisionsmatcher for 1. og 2. division, samt åbne baner.

| 1. division                   | 2. division                   |
|-------------------------------|-------------------------------|
| <i>Første start kl. 10:00</i> | <i>Første start kl. 12:00</i> |
| FIF Hillerød                  | Farum OK                      |
| Tisvilde Hegn OK              | OK Øst Birkerød               |
| Søllerød OK                   | OK Roskilde                   |
| Allerød OK                    | OK Sorø                       |

| Åbne baner                                         |
|----------------------------------------------------|
| <i>Fri start (put &amp; run) kl. 10:30 – 13:00</i> |

**Løbsområde .....**: Kårup Skov og Bjergene.

**Mødested .....**: Ordrupvej/Højbjergvej, 4540 Fårevejle.  
GPS adresse [55.826311](#), [11.398432](#).  
Herfra anvises parkering på offentlige P-pladser. Følg P-personalets anvisninger.  
Fra parkering til stævneplads er der op til 1750 m.



Telt drop-off:

Fra alternativt mødested på Vindekilde Strandvej/Næsgårdsvej – GPS adresse [55.812559](#), [11.384553](#) - er det muligt at følge Næsgårdsvej tæt forbi stævnepladsen, og aflæse telte mv. Det henstilles til at det kun er biler med store klubtelte og andet tungt udstyr der gør brug af dette drop-off, da det forgår på en smal grusvej. Drop-off skal ske hurtigt (ingen parkering), hvorefter der fortsættes fremad Næsgårdsvej til P-personalets anvisninger mod P-plads. Af hensyn til smidig afvikling, henstilles til ensrettet kørsel fra syd mod nord på Næsgårdsvej. Derudover henstiller vi til samkørsel grundet parkeringspladserne. Skulle nogle vælge at komme i bus, bedes dette meldes på forhånd til stævneleder.

- Stævneplads ....:** Fra parkering til stævneplads er der op til 1750 m. Følg blå/hvid snitzling. Stævnepladsen ligger ved skovvej/åbent område midt i skoven, og der er markeret et område til opstilling af klubtelte.
- Stævnekontor ...:** Stævnekontor findes i telt på stævnepladsen. Stævnekontoret åbner kl. 09:00 for informationer og ændringer af briknumre. **Bemærk** at navneændringer, for deltagere i divisionsmatchen, skal ske senest 24 timer før første start i matchen, jf. reglementets § 3.6 – sidste afsnit. Dette kan ske ved henvendelse til Henrik Snedker Pedersen på e-mail: [hep@eucnvs.dk](mailto:hep@eucnvs.dk) eller mobil: 30 71 31 06. Navneændringer kan således ikke ske fra stævnekontoret på løbsdagen!
- Åbne baner .....** Åbne baner sælges fra stævnekontoret kl. 10:00 – 12:45.  
Priser: Ungdom D/H -20, samt Åben 5 og Åben 6: kr. 65,-  
Øvrige baner D/H 21-: kr. 110,-  
Leje af SI-brik: kr. 15,-  
Kvittering, og eventuel lejebrik, for den købte bane medbringes til Start, hvor løbskort udleveres. Der kan startes i tidsrummet 10:30 – 13:00.
- Børnebane .....** Der findes en gratis børnebane. Se skiltning til "indianertelt" på stævnepladsen.  
Små præmier til alle deltagere. Åben kl. 10:00 – 13:00.
- Børnepasning....:** Der tilbydes ingen børnepasning.
- Kiosk.....:** Der er kiosk i telt på stævnepladsen. Der sælges sandwich, frugt, kaffe, the, øl, sodavand, slik og kage.
- Butikker.....:** O-Butikken og Løberministeriet er på stævnepladsen.
- Bad/omklædn...:** Der er ingen bade- eller omklædningsfaciliteter.
- Toilet .....** Der er opstillet toiletkabiner ved stævnepladsen.
- Afstande .....** Parkering – Stævneplads: op til 1750 meter. Blå/hvid snitzling.  
Stævneplads – Start: ca. 100 meter. Følg skiltning.

**Klasser & baner:** Der udskrives klasser ifølge DOF's reglement § 5.2:

| Klasse   | Sværhedsgrad     | Længde | Poster | Kort     | Væske |
|----------|------------------|--------|--------|----------|-------|
| Begynder | Grøn - Begynder  | 2,7 km | 16     | 1:10.000 |       |
| D10      | Grøn - Begynder  | 2,7 km | 16     | 1:10.000 |       |
| D12      | Hvid - Let       | 3,9 km | 17     | 1:10.000 | Ja    |
| D12B     | Grøn - Begynder  | 2,7 km | 16     | 1:10.000 |       |
| D14      | Gul - Mellemsvær | 3,5 km | 14     | 1:10.000 |       |
| D14B     | Hvid - Let       | 3,9 km | 17     | 1:10.000 | Ja    |
| D16      | Sort - Svær      | 4,9 km | 18     | 1:10.000 | Ja    |
| D18      | Sort - Svær      | 5,5 km | 20     | 1:10.000 | Ja    |
| D20      | Sort - Svær      | 5,5 km | 20     | 1:10.000 | Ja    |
| D20B     | Gul - Mellemsvær | 3,5 km | 14     | 1:10.000 |       |
| D21      | Sort - Svær      | 5,5 km | 20     | 1:10.000 | Ja    |
| D21B     | Gul - Mellemsvær | 3,5 km | 14     | 1:10.000 |       |
| D40      | Sort - Svær      | 5,0 km | 18     | 1:10.000 | Ja    |
| D45B     | Gul - Mellemsvær | 3,5 km | 14     | 1:10.000 |       |
| D50      | Sort - Svær      | 4,9 km | 18     | 1:10.000 | Ja    |
| D60      | Blå - Svær       | 4,0 km | 18     | 1:7.500  | Ja    |
| D70      | Blå - Svær       | 3,1 km | 15     | 1:7.500  |       |
| D-Let    | Hvid - Let       | 3,9 km | 17     | 1:10.000 | Ja    |
| H10      | Grøn - Begynder  | 2,7 km | 16     | 1:10.000 |       |
| H12      | Hvid - Let       | 3,9 km | 17     | 1:10.000 | Ja    |
| H12B     | Grøn - Begynder  | 2,7 km | 16     | 1:10.000 |       |
| H14      | Gul - Mellemsvær | 4,4 km | 17     | 1:10.000 | Ja    |
| H14B     | Hvid - Let       | 3,9 km | 17     | 1:10.000 | Ja    |
| H16      | Sort - Svær      | 5,0 km | 18     | 1:10.000 | Ja    |
| H18      | Sort - Svær      | 7,5 km | 24     | 1:10.000 | Ja    |
| H20      | Sort - Svær      | 7,5 km | 24     | 1:10.000 | Ja    |
| H20B     | Gul - Mellemsvær | 4,4 km | 17     | 1:10.000 | Ja    |
| H21      | Sort - Svær      | 7,5 km | 24     | 1:10.000 | Ja    |
| H21B     | Gul - Mellemsvær | 4,4 km | 17     | 1:10.000 | Ja    |
| H40      | Sort - Svær      | 5,5 km | 20     | 1:10.000 | Ja    |
| H45B     | Gul - Mellemsvær | 4,4 km | 17     | 1:10.000 | Ja    |
| H50      | Sort - Svær      | 5,0 km | 18     | 1:10.000 | Ja    |
| H60      | Sort - Svær      | 4,6 km | 19     | 1:7.500  | Ja    |
| H70      | Blå - Svær       | 4,0 km | 18     | 1:7.500  | Ja    |
| H80      | Blå - Svær       | 3,1 km | 15     | 1:7.500  |       |
| H-Let    | Hvid - Let       | 3,9 km | 17     | 1:10.000 | Ja    |

**Åbne baner .....** Der tilbydes også følgende åbne baner med fri start (put & run):

| Sværhedsgrad        | Længde | Poster | Kort     | Væske |
|---------------------|--------|--------|----------|-------|
| Åben 1 - Svær       | 5,9 km | 18     | 1:10.000 | Ja    |
| Åben 2 - Svær       | 4,2 km | 16     | 1:10.000 | Ja    |
| Åben 3 - Svær       | 3,2 km | 14     | 1:7.500  |       |
| Åben 4 - Mellemsvær | 3,7 km | 15     | 1:10.000 | Ja    |
| Åben 5 - Let        | 3,2 km | 15     | 1:10.000 |       |
| Åben 6 - Begynder   | 2,7 km | 16     | 1:10.000 |       |

**Væske.....:** Der findes væske ved en post som passeres af de fleste svære baner, samt enkelte andre baner (se oversigt over klasser og baner ovenfor). Væskeposten er markeret i postbeskrivelserne. Væsken er vand.

**Kontrolsystem...:** Elektronisk tidtagning med SportIdent system.  
Det er løberens ansvar at sikre kvittering fra SI-enheden i form af lyd/lys signal. Ved svigt af SI-enheden skal klippetang på poststativet benyttes til markering i et af reservefelterne R1, R2, R3 på løbskortet.  
Lejede brikker for tilmeldte løbere (også forhåndstilmeldte på åbne baner) udleveres ved start.  
Lejede brikker afleveres ved målgang. Ikke afleverede lejebrikker erstattes med dagsprisen for den pågældende briktype.

**Løbskort.....:** Kårup Skov og Bjergene, 1:10.000 og 1:7.500 (se oversigt over klasser og baner ovenfor).  
Ækvidistance 2,5m.  
Kortet er nytegnet i 2016 efter ISOM2000 kortnormen, med seneste rettelser i 2019.  
Der er benyttet følgende special signaturer:



Eksemplar af kortet er ophængt ved Start.  
Kortene er laser printede på rivefast Pretex papir.

**Forbudt område:** Er markeret med lilla, lodrette skraveringer på kortet.

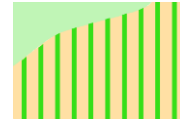
**Postbeskrivelse:** Postbeskrivelse i IOF-symboler er trykt på løbskortet.  
Ekstra postbeskrivelse udleveres ved start, hvis der medbringes en passende holder til montering og beskyttelse af postbeskrivelsen.

**Terræn.....:** Kårup skov og Bjergene er en typisk sjællandsk blandingsskov, med lige dele nåle- og løvbevoksning. Et veludviklet stinet, herunder i den sydlige del af skoven en del mountainbike spor. Den nordlige del af skoven er let kuperet, medens den sydlige del er kraftigt kuperet.

**Skovning.....:** Væsentlige dele af skoven har de seneste fire-fem uger undergået en kraftig skovning, der har betydet at gennemløbeligheden er kraftigt påvirket af ophobede grene/stammer overalt.  
Banelæggeren har efterfølgende ændret banerne, hvorved de hårdest ramte områder(delstræk) undgås.  
Stinettet - især i det helt nordlige, samt sydlige del af skoven, er præget af opkørsel af store skovemaskiner.



Fældede områder, hvor oprydning stadig pågår, og gennemløbeligheden derfor skifter dagligt! Disse områder er på kortet tegnet som lysåben skov, med undervegetation:



Områder, hvor der er sket udtynding. Der ligger en del ris i bunden, som dog kun i begrænset omfang påvirker gennemløbshastigheden. Den igangværende oprydning ændrer situationen dagligt, og der må påregnes en del nye arbejds spor som ikke fremgår af kortet. Den generelle gennemløbelighed er tilrettet på kortet, uden hensyntagen til det ris som måske/måske ikke ligger i bunden.

**Hegn .....**: Klasserne D18, D20, D21, H18, H20, H21, H40 samt Åben 1, vil i den sydlige del af løbsområdet passere nogle indhegnede overdrev. Der kan i nogle af disse områder gå kreaturer. I banelægningen er det tilstræbt at man kan benytte eksisterende låger og led i hegnet, men alle hegn kan og må passeres med forsigtighed. Alle hegn er dog strømførende på løbsdagen!

**Trafik .....**: Alle klasser, bortset fra klasser med sværhedsgraden Begynder, passerer en landevej. Der er opsat skiltning med "Løbere på vejen", men der er ingen hastighedsbegrænsning eller bemanding ved vejen, så udvis stor forsigtighed ved passage!!

**Start .....**: Der anvendes individuel start for divisionsmatchens løbere i alle klasser, bortset fra klasserne Begynder, D10, D12B, H10 og H12B, samt Åbne baner, hvor der anvendes fri start (put & run). Fremkald 4 min. før start.

1. division: Første start kl. 10:00.  
Fri start (put & run) kl. 10:00 – 13:00.

2. division: Første start kl. 12:00.  
Fri start (put & run) kl. 10:00 – 13:00.

Åbne baner: Fri start (put & run) kl. 10:30 – 13:00.

Endelige starttider vil fremgå af startlisten, som offentliggøres på Holbæk Orienteringsklubs [hjemmeside](#) senest fredag den 3. maj 2019.

For sent startende henvender sig til startpersonalet, som sørger for hurtigst mulig start jf. §3.16.

Det er løbernes ansvar at sørge for "Clear" og "Check" af deres SI-brik før start. Enheder hertil er opstillet ved Start.

Startpunktet er placeret umiddelbart ved startstedet. Startpunktet er markeret med postskærm, og angiver placeringen af starttrekanten på kortet.

#### **Individuel start:**

Der anvendes individuel start for alle klasser i divisionsmatchen, bortset fra Begynder, D10, D12B, H10 og H12B.

Fremkald til første startboks 4 min. før start med navneopråb og kontrol af briknummer eller udlevering af legebrik.

Løbere på Let bane må modtage starthjælp.

Ur placeret ved fremkald viser den fremkaldte starttid, og vil således være 4 minutter foran den officielle stævnetid.

3 minutter før start fortsættes til anden startboks, hvor der findes løse IOF-postbeskrivelser. Må kun benyttes hvis man har en passende holder til disse.

2 minutter før start fortsættes til tredje startboks. Her udleveres løbskort til løbere på Let bane, som må kigge på kortet, og må modtage starthjælp.

1 minut før start fortsættes til fjerde startboks, hvor øvrige løbers løbskort udleveres. Kortene udleveres med bagsiden opad, og vil her være mærket med navn, løbsklasse og starttid. Løberen må, med et enkelt kig, kontrollere at dette stemmer med påtrykt bane på forsiden, men ellers må kortet ikke nærlæses før starttidspunktet. Det er løberens ansvar at det udleverede løbskort er det korrekte!

Starttidspunktet markeres med lydsignal fra digitalt start ur.

**Fri start (put & run):**

For divisionsmatchens klasser Begynder, D10, D12B, H10, H12B samt Åbne baner anvendes fri start (put & run) inden for ovennævnte starttidsintervaller.

Når man er klar til at starte, går man til første startboks for registrering. Forhåndstilmeldte løbere får udleveret eventuel lejevrik. Øvrige løbere afleverer kvittering for købt bane fra stævnekontoret. Briknummer kontrolleres.

Løbere på Begynder og Let bane må modtage starthjælp fra første startboks.

Herefter fortsættes til anden startboks, hvor der er løse IOF-postbeskrivelser, hvis man har en passende holder hertil. Her afventer man så en ledig starttid.

Cirka 2 minutter før en ledig starttid vil startpersonalet kalde løberen frem til tredje startboks. Her udleveres løbskort til løbere på Begynder og Let bane. Disse løbere må kigge på kortet, og må modtage starthjælp hvis det ønskes.

Cirka 1 minut før ledig starttid kaldes løberen frem til fjerde startboks. Her er løbskortene for øvrige løbere placeret i kasser mærket med banenavn. Man tager et kort fra kasserne, og sikre sig at det er det korrekte kort.

Startpersonalet bestemmer starttiden for hver enkelt løber, som stempler i startposten, før man begiver sig ud på banen.

**Skygning .....**: Med henvisning til reglementets §2.6 er det tilladt at skygge i klasser med sværhedsgraden Begynder og Let. En deltager i stævnets konkurrencer, der har fungeret som skygge, må ikke efterfølgende starte på samme bane.

**Mål .....**: Mål er placeret på stævnepladsen. Ved passage af mål laves målstempling. Herefter fortsættes til brikaflæsning. Løbskortet inddrages ikke i mål. Der henvises til reglementets §2.7 omkring fairness, som bl.a. betyder at løbskortet ikke må vises til løbere der endnu ikke er startet. Efter brikaflæsning findes væske i form af vand og tynd saft.

**Resultater .....**: Resultater ophænges løbende på resultattavle, og kan efter stævnet findes på løbets hjemmeside og på O-Result.

**Max. tid .....**: Max. tid er 2½ time. Udgåede løbere skal melde sig i mål.

**Overtrækstøj....**: Overtrækstøj transporteres ikke fra start.

**Præmier .....**: Der er ingen præmier.

- Jury.....:** Jury formand er Stævnekontrollanten Arne Kristensen.  
Jurymedlemmer er udpeget blandt deltagerne jf. § 7.5  
Jury for 1. division:
- Henrik Poulsen, FIF Hillerød
  - Eva Smedegaard, Søllerød OK
  - Charlotte Bergmann, Allerød OK
- Jury for 2. division:
- Jan Jakobsen, OK Øst Birkerød
  - Michael Leth Jess, OK Roskilde
  - Kristian Kærsgaard Hansen, OK Sorø
- Klager .....** Klager indgives mundtligt eller skriftligt til stævneleder.  
Stævnelederen vil kunne kontaktes ved henvendelse til stævnekontoret. Klager skal indgives så tidligt som muligt og senest 30 min. efter udløbet af max tid for den sidst startende i konkurrencen jf. §7.8
- Stævneleder.....:** Amalie Snedker Mosbæk, Holbæk OK,  
Mobil: 42 31 60 99 e-mail: [amaliesnedker@gmail.com](mailto:amaliesnedker@gmail.com)
- Banelægger.....:** John Jensen, Holbæk OK
- Stævnekontrol .:** Arne Kristensen, Herlufsholm OK
- Banekontrol .....** Mogens Jensen, Holbæk OK

