



Indbydelse/instruktion til
Afslutnings VTR
Løb i Annebjerg Skov
Søndag d. 09. marts 2025

Arrangør	Holbæk Orienteringsklub.
Mødested/parkering:	P-plads ved Annebjerg Stræde 1, 4500 Nykøbing Sj. Hvis parkeringsplads er fyldt, benyt da Hempel Glasmuseum grus parkering. Parkering må ikke ske andre steder i området. Følg P-personalets anvisninger.
Stævneplads	Følg skiltning fra parkering til stævneplads Af hensyn til underlagets beskaffenhed henstilles det til at der ikke udføres opvarming på stævnepladsen
Afstande	Parkering – stævneplads: ca. 100 meter. Stævneplads – Start: ca. 600 meter. Følg snitzling.
Kort	Annebjerg Skov, 1:10.000 og 1:7.500, Ækvidistance 2,5 m. Nytegnet 2023.
Tilmelding og startafgift	Deltagelse i finale-klasser kræver forhåndstilmelding Tilmeldning til finale klasser og efterfølgende kaffebord via HOKs hjemmeside: https://www.holbaekorienteringsklub.dk/tilmelding/vtr2025 Startlister til omvendt jagtstart offentliggøres på HOKs hjemmeside Tilmelding på normal VTR-vis på dagen er selvfølgelig muligt - dog kun mellem 9:45 og 10:15 (ingen mulighed for at deltage i finale) Startafgift: Ungdom til og med 16 år: 15 kr. Øvrige løbere: 30 kr. For tilmeldte afregnes via egen klub – for øvrige betales kontant eller MobilePay 48600. <u>Tilmeldningsfrist omvendt jagtstart: 4 Marts 2025</u>
Indskrivning, start og tidsplan	Grøn og øvrige under 5 løb og ikke forhåndstilmeldte samlet start kl. 10.30 Sorte, Blå, Gul og Hvid baner omvendt jagtstart. Løberne startes med 2 min. startinterval afhængig af deres pointplacering, og med den bedst placerede til sidst. Program kl. 09.45-10.15 kl. 10.30 kl. 10.40 kl. 13-14.30 Indskrivning Samlet start (Grøn, øvrige/under 5 løb og ikke forhåndstilmeldte) 1. start (Hvid, Sorte, Blå og Gul baner) Bad/Omkl., Kaffebord & Præmieoverrækkelse.



Bad/Omkl., Kaffebord & Præmieoverrækkelse	Fra ca. 13:00 er der kaffebord (sandwich) og præmie-overrækkelse på Kongeengen, Egebjergvej 46, 4500 Nykøbing Sj, ca. to minutters bilkørsel fra Annebjerg Skov. Der er mulighed for bad og omklædning.																														
Postdefinitioner	IOF-symboler. Postdefinitionerne er trykt på kortet og kan erhverves i løs form, hvis der løbes med en postdefinitionsholder.																														
Terræn	Primært løvskov med bøg, eg samt indslag af nåletræer. I dele af skoven en del kvas, højt græs og kørespor. Andre dele åbent og let løbet. Let kuperet. Skoven indeholder flere fine askemoser.																														
Baner	<table><tr><th>Bane</th><th>Sværhedsgrad</th><th>Længde</th></tr><tr><td>Sort lang</td><td>Svær</td><td>7,7 km</td></tr><tr><td>Sort mellem</td><td>Svær</td><td>6,3 km</td></tr><tr><td>Sort kort, under 60 år</td><td>Svær</td><td>4,5 km</td></tr><tr><td>Sort kort, over 60 år</td><td>Svær</td><td>4,5 km</td></tr><tr><td>Blå mini, under 70 år</td><td>Svær</td><td>3,1 km</td></tr><tr><td>Blå mini, over 70 år</td><td>Svær</td><td>3,1 km</td></tr><tr><td>Gul, over/under 16 år</td><td>Mellemsvær</td><td>4,3 km</td></tr><tr><td>Hvid, over/under 12 år</td><td>Let</td><td>3,1 km</td></tr><tr><td>Grøn, over/under 12 år</td><td>Begynder</td><td>2,6 km</td></tr></table> BEMÆRK: Sort kort over 60 og blå mini over 70 år på målestok 1:7.500 – øvrige klasser løber på 1:10.000.	Bane	Sværhedsgrad	Længde	Sort lang	Svær	7,7 km	Sort mellem	Svær	6,3 km	Sort kort, under 60 år	Svær	4,5 km	Sort kort, over 60 år	Svær	4,5 km	Blå mini, under 70 år	Svær	3,1 km	Blå mini, over 70 år	Svær	3,1 km	Gul, over/under 16 år	Mellemsvær	4,3 km	Hvid, over/under 12 år	Let	3,1 km	Grøn, over/under 12 år	Begynder	2,6 km
Bane	Sværhedsgrad	Længde																													
Sort lang	Svær	7,7 km																													
Sort mellem	Svær	6,3 km																													
Sort kort, under 60 år	Svær	4,5 km																													
Sort kort, over 60 år	Svær	4,5 km																													
Blå mini, under 70 år	Svær	3,1 km																													
Blå mini, over 70 år	Svær	3,1 km																													
Gul, over/under 16 år	Mellemsvær	4,3 km																													
Hvid, over/under 12 år	Let	3,1 km																													
Grøn, over/under 12 år	Begynder	2,6 km																													
Kontrolenheder	Der løbes med Sportident - Touch Free.																														
Væske	Der er IKKE væske, hverken i skoven eller i mål. Medbring selv en fyldt drikkedunk.																														
Postmarkering	Der benyttes metalstativer og store skærme (se startposten).																														
Målprocedure	Efter at have stemplet målposten gås direkte til aflæsning i beregnertelt.																														
Resultater	Liveopdateres ved mål og offentliggøres efterfølgende på HOK's hjemmeside: https://www.holbaekorienteringsklub.dk/ .																														
O-track:	Banerne lægges i O-track efter stævnet.																														
Banelægger	Bjark Christensen																														
Banekontrol	Brian Steen Jørgensen																														
Stævneleder	Bjørn Kantsø Mail: bjoern@kantsoe.net Tlf: 40 58 11 88																														