Holbæk Orienteringsklub indbyder til

VTR-løb

4. runde

Søndag den 29. november 2026

Instruktion

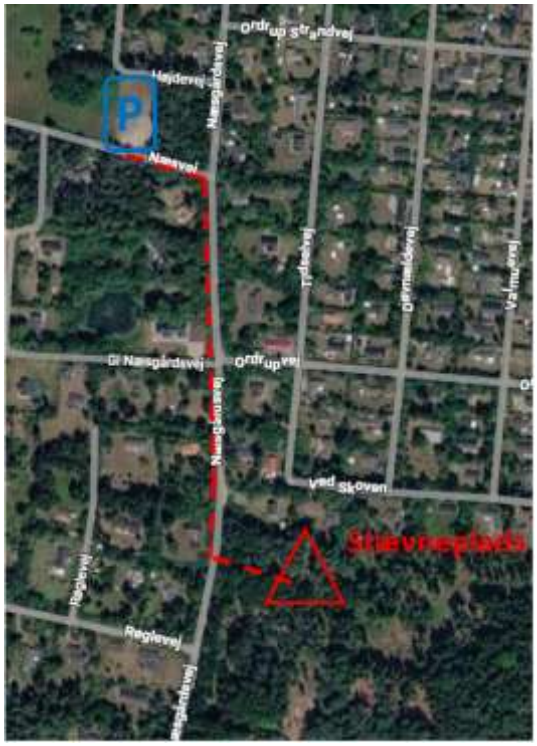
Stævnet .....: Fælles træningsløb for de syd- og vestsjællandske klubber.

Løbsområde .....: Kårup Skov.

Mødested .....: P-Plads overfor Næsvej 3, 4540 Fårevejle

Parkering .....: Offentlig P-plads på kørefast grusareal. Der vil *ikke* være P-vagter, og almindelige færdselsregler skal overholdes.

Stævneplads ....: Følg afmærkning fra parkering til stævnepladsen mod syd ad Næsgårdsvej. Afstand fra parkering til stævneplads er ca. 400 m.



Afstande .....: Parkering – Stævneplads: ca. 400 m. Følg afmærkning.
Stævneplads – Start: ca. 125 m. Følg rød/hvid snitzling.

Stævnekontor ..: Telt på stævnepladsen. Åbner kl. 9.45 for tilmelding og registrering.

Startafgift .....: Kr. 20,- for løbere under 16 år og kr. 40,- øvrige.
Kr- 10 for leje af SI-brik (ikke "touch-free").
Kontant, eller Mobilepay 48600 "Holbæk Orienteringsklub".

Toilet .....: Der er ikke noget toilet.

Nødnummer.....: Nødnummer til banelæggeren: 29 69 06 42. Nummeret vil også fremgå af løbskortet.

Terræn.....: Kårup Skov er i den vestlige del overvejende flad og småkuperet med dominans af nåletræer og med et veludbygget stinet. Den østlig del er primært kraftigt kuperet løvskov, ligeledes med et veludbygget stinet, og et udbredt MTB-spor.

Som følge af efterårets løvfald er mange spor og stier meget utydelige i terrænet. Det gælder også MTB-sporene i den østlige del, i det omfang de ikke er blevet renset op for blade.

Løbskort.....: Kårup Skov, 1:10.000 og 1:7.500.
Kortnorm ISOM 2017-2, revision 6. Ækvidistance 2,5m.
Der benyttes følgende special signaturer:



Kortet er nytegnet i 2025, med enkelte rettelser i efteråret 2026.

Kortene laser printes på vejrbestandigt Pretex papir.

Posterne står i flere områder meget tæt, så **husk at tjekke kontrolnumre**.

På Grøn og Hvid bane er der mange poster som står tæt. Derfor er postnumre trykt lidt mindre end kortreglementet foreskriver, for at give en generel bedre læsbarhed.

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

Kontrolsystem..: Elektronisk tidtagning med SportIdent-system.

Alle SI-enheder er opsat til "touch-free"-anvendelse, således at SIAC-brikker kan benyttes i "touch-free mode". Undtaget herfra er startenhed og målenhed som skal stemples på klassisk vis!

Udleverede lejebrikker er ikke SIAC-brikker.

Postenheder er metalstativer med postskærm, lodret monteret kontrolnummer, og vandret monteret klippetang og SI-enhed.

Det er løberens ansvar at sikre kvittering fra postenheden i form af lyd/lyssignal. Ved svigt af postenheden skal klippetang på poststativet benyttes til markering i et af reservefelterne R1, R2, R3 på løbskortet.

Klasser & baner: Baner og klasser ifølge VTR-reglerne:

Bane	Sværhedsgrad	Klasser	Længde	Poster	Målestok	Kortvend
Sort, lang	Svær		7,7 km	28	1:10.000	Ja
Sort, mellem	Svær		5,7 km	19	1:7.500	Ja
Sort, kort	Svær	Under 60	4,0 km	19	1:7.500	Ja
		Over 60				
Blå, mini	Svær	Under 70	3,2 km	16	1:7.500	Nej
		Over 70				
Gul	Mellemsvær	Over 16	4,2 km	11	1:10.000	Nej
		Under 16				
Hvid	Let	Under 12	3,1 km	16	1:10.000	Nej
		Over 12				
Grøn	Begynder	Under 12	2,4 km	18	1:10.000	Nej
		Over 12				

Bemærk: Alle Sorte baner har kortvend!
Skygning er tilladt på alle baner.

Max. tid.....: Max. tid er 2½ time. Postindsamling starter senest kl. 13:30. Udgåede løbere skal melde sig i mål.

Væske.....: Jævnfør de aftalte VTR-regler, så er der er ingen væske ved mål. **Medbring egen væske**. Der er heller ingen væskeposter på banerne.

Start .....: Der anvendes Fri start (put & run) i tidsrummet 10:00 - 11:00. Startmandskab vil sikre en fornuftig afstand mellem startende på samme bane.

Clear og Check enheder findes ved indgang til startboksene.

Løse IOF-postbeskrivelser udleveres, hvis man har en passende holder til disse.

Kortet udleveres i startøjeblikket, dog må løbere på Grøn og Hvid bane få udleveret, og se på kortet, inden startøjeblikket.

Mål.....: Mål er placeret på stævnepladsen. Ved passage af mål stemples målenhed (ikke "touch-free"-anvendelse). Herefter fortsættes til brikaflæsning i telt på stævnepladsen.

Udgåede løbere skal melde sig i mål.

Resultater.....: Resultater vises løbende på skærm i telt på stævnepladsen.

Der vil også være adgang til individuelle live resultater via QR-kode på stævnepladsen.

Efter stævnet kan det endelige resultat findes på hjemmesiden, og vil senere fremgå af den samlede VTR-stilling på OK Roskildes hjemmeside.

O-Track.....: Banerne vil være tilgængelige på O-Track fra kl. 11:00 på løbsdagen.

Stævneledelse .: Malene Lysgaard-Hansen, Holbæk OK
E-mail: malene@lysgaard-hansen.dk
Mobil: 53 69 22 91

Banelægger.....: Jan Thiesen, Holbæk OK

Banekontrol .....: Asger Reinholdt Christensen, Holbæk OK

IT og resultater: Anton Lauritzen, Holbæk OK