



Odsherred Orienteering Open 2025

Instruktion

Velkommen til Odsherred Orienteering Open 2025 – arrangeret af Holbæk Orienteringsklub!

Arrangør	Holbæk Orienteringsklub.
Navn og klassifikation	Odsherred Orienteering Open 2025. Åbent stævne (**).
Nødnummer	Nødnummer i tilfælde af akut brug for hjælp: 20 62 93 87 (stævneleder Finn Skouenborg). Nummeret står også på kortene lørdag og søndag.
Datoer og løbsområder	Lørdag d. 2. august i Rørvig Sandflugtsplantage. Stævnekontoret åbner kl. 11.00. Søndag d. 3. august i Annebjerg Skov. Stævnekontoret åbner kl. 9.00. Løbene er arrangeret som selvstændige løb. Der er dermed ingen gennemgående konkurrence. Fredag d. 1. august er der mulighed for fortræning i Ellinge Indhegning. Se mere herunder.
Mødesteder	Lørdag: Parkeringsplads for enden af Telegrafvej, 4581 Rørvig: https://maps.app.goo.gl/nszTQCLQgcZr7MA67 55.951887, 11.717680 Stævnepladsen ligger 50 meter fra det sydvestlige hjørne af p-pladsen (kig efter Holbæk OK-beachflag). Der er ingen p-vagter. Parker hensigtsmæssigt, så der er plads til alle – både o-løbere og strandgæster. Søndag: Kantparkering på Anneberg Bakke, 4500 Nykøbing Sj: https://maps.app.goo.gl/gw76jigB1fcV5zSp9 55.902735, 11.657751 Følg parkeringsvagternes anvisninger. Der må kun kantparkeres i vejens østlige side langs træerne, og der skal kunne komme en

brandbil forbi! Ved udkørsel trepunktvendes, så beboerne for enden af vejen generes mindst muligt.
Hvis der ikke er p-pladser nok, henvises til parkering nord for lade hos Anneberg Kulturpark eller på offentlig parkering ved Egebjergvej:



På reserveparkeringerne må kun parkeres på arealer, som ses på disse fotos:



Til stævneplads følges afmærkning fra krydset Annebjerg Stræde/Annebjergvej.

Fredag (fortræning):

Ellinge Indhegning på p-plads på Ellinge Skovvej, 4573 Højby:
<https://maps.app.goo.gl/xh1aa6LtGZYfq7n66>
55.895196, 11.544982

Kort og terræn

Lørdag:

Rørvig Sandflugtsplantage, tegnet 2018 til DM nat, rettelser i 2021 og 2024. Målestok: 1:7.500 og 1:10.000, ækvistand 2.5 m.
Korttegnere: Asger Jensen (OK Roskilde), Jan Thiesen og Finn Skouenborg (Holbæk OK).
Skoven er en kystnær nåleskov med klitter, klithede og forstrand. Indlandsklitterne har et meget detaljeret kurvebillede i en del af skoven. En del stier hvor flere er utydelige. Skoven er som

	hovedregel hurtigt gennemløbelig, men enkelte steder er der underskov, som sænker farten. Efter skovningsarbejde i 2022 findes flere lysåbne områder. <u>Søndag:</u> Annebjerg Skov, tegnet 2023 til DM nat 2024, rettelser 2024 og 2025. Målestok: 1:7.500 og 1:10.000, ækvidistance 2,5 m. Korttegnere: Finn Skouenborg og Jan Thiesen (Holbæk OK). Skoven er en lettere kuperet løvskov med indslag af nåletræer. Skovens tæthedsbillede varierer meget fra åben bøgeskov til tættere ung bevoksning. Skoven har større og mindre stier, men også en del områder uden stier. Flere steder ligger stammer og ris i bunden efter skovningsarbejde i 2025, som sænker farten betragteligt. Der er flere spor og et udviklet grøftebillede. Sporene er dog ikke alle steder lige tydelige pga. undervegetation. Flere steder ligger stammer og ris langs skovveje. Disse er ikke tegnet med på kortet. <u>Fredag:</u> Ellinge Indhegning, tegnet 2020, rettelser 2023. Målestok: 1:7.500, ækvidistance 2,5 m. Korttegnere: Finn Skouenborg og Jan Thiesen (Holbæk OK). Skoven består af nåletræer med meget fin gennemløbelighed de fleste steder. Skoven er gennemskåret af et kvadratisk stisystem. Med sine få kurver er skoven diffus at orientere i. <u>Odsherreds skove har et rigt dyreliv, herunder en veludviklet flåtbestand. Tjek for flåter!</u>																																								
Afstande	<u>Lørdag:</u> Parkering – stævneplads: 100-300 meter Stævneplads – start: 250 meter. Følg rød/hvid snitzling fra stævnepladsen. <u>Søndag:</u> Parkering – stævneplads: 500–1.200 meter. Fra krydset Annebjerg Stræde/Anneberg Bakke snitzles til stævnepladsen. Stævneplads – start: 600 meter. Følg rød/hvid snitzling fra stævnepladsen, og passér kun stendiget, hvor snitzlingen er. <u>Fredag:</u> Salg af baner/start/mål er ved mødested.																																								
Baner	<u>Lørdag i Rørvig Sandflugtsplantage:</u> <table><tr><th>Klasse</th><th>Sværhedsgrad</th><th>Km.</th><th>Antal poster</th><th>Målestok</th></tr><tr><td>Bane 1</td><td>Svær - sort</td><td>8,8</td><td>32</td><td>1:10.000</td></tr><tr><td>Bane 2</td><td>Svær - sort</td><td>7,0</td><td>24</td><td>1:10.000</td></tr><tr><td>Bane 3</td><td>Svær - sort</td><td>5,0</td><td>18</td><td>1:7.500</td></tr><tr><td>Bane 4</td><td>Svær - blå</td><td>3,0</td><td>15</td><td>1:7.500</td></tr><tr><td>Bane 5</td><td>Mellemsvær - gul</td><td>4,0</td><td>17</td><td>1:10.000</td></tr><tr><td>Bane 6</td><td>Let - hvid</td><td>3,5</td><td>18</td><td>1:10.000</td></tr><tr><td>Bane 7</td><td>Begynder - grøn</td><td>2,6</td><td>17</td><td>1:10.000</td></tr></table> På bane 1 er der kortvendt, og på bane 7 (begynder) er der på en utydelig sti snitzlet for at hjælpe løberne på vej.	Klasse	Sværhedsgrad	Km.	Antal poster	Målestok	Bane 1	Svær - sort	8,8	32	1:10.000	Bane 2	Svær - sort	7,0	24	1:10.000	Bane 3	Svær - sort	5,0	18	1:7.500	Bane 4	Svær - blå	3,0	15	1:7.500	Bane 5	Mellemsvær - gul	4,0	17	1:10.000	Bane 6	Let - hvid	3,5	18	1:10.000	Bane 7	Begynder - grøn	2,6	17	1:10.000
Klasse	Sværhedsgrad	Km.	Antal poster	Målestok																																					
Bane 1	Svær - sort	8,8	32	1:10.000																																					
Bane 2	Svær - sort	7,0	24	1:10.000																																					
Bane 3	Svær - sort	5,0	18	1:7.500																																					
Bane 4	Svær - blå	3,0	15	1:7.500																																					
Bane 5	Mellemsvær - gul	4,0	17	1:10.000																																					
Bane 6	Let - hvid	3,5	18	1:10.000																																					
Bane 7	Begynder - grøn	2,6	17	1:10.000																																					

Bemærk, at der lørdag er 32 poster på bane 1. Vær derfor sikker på, at din SI-brik kan håndtere antallet af poster.

Lørdag er der væske i skoven på bane 1, 2, 3 og 4 i form af kildevand fra flaske, som skænkes i krus af løberne selv.

Søndag i Annebjerg Skov:

Klasse	Sværhedsgrad	Km.	Antal poster	Målestok
Bane 1	Svær - sort	9,0	25	1:10.000
Bane 2	Svær - sort	7,0	22	1:10.000
Bane 3	Svær - sort	5,0	18	1:7.500
Bane 4	Svær - blå	2,9	13	1:7.500
Bane 5	Mellemsvær - gul	3,8	14	1:10.000
Bane 6	Let - hvid	3,2	16	1:10.000
Bane 7	Begynder - grøn	2,6	16	1:10.000

I nord tæt på stævnepladsen findes en grøft, som i sit forløb nogle steder er stejl og andre steder let at passere. Navnlig blå baner må finde et passende sted at passere den.

En del tætheder i skoven er sammenfaldne kvasbunker fra skovningsarbejde. På bane 6 (let) står en post ved en meget sammenfalden kvasbunke. Poststativet er tydeligere end kvasbunken, og placeringen er valgt for at hjælpe/guide løberne bedst muligt.

Alle svære og mellemsvære baner kommer forbi en publikumspost. Bemærk, at børnebanen går tæt på publikumsposten. Udvis hensyn. Nogle poster står tæt – også på bane 6 (let) og bane 7 (begynder). Tjek kontrolnumrene.

Søndag er der væske i skoven på bane 1 og 2 i form af kildevand fra flaske, som skænkes i krus af løberne selv.

Baner kan tilgås på O-track efter sidste start de respektive dage.

Fortræning

Fredag d. 1. august er der mulighed for fortræning i Ellinge Indhegning. Mødestedet er på p-plads på Ellinge Skovvej, 4573 Højby:
<https://maps.app.goo.gl/xh1aa6LtGZYfq7n66>
55.895196, 11.544982

En fortræningspakke består af to svære baner, en kort på 4,2 km. med 12 poster og en lang på 7,4 km. med 20 poster samt et kort med alle poster. Forudbestilte fortræningspakker mailer deltagerne i ugen op til stævnet. Formatet er pdf.

Posterne (lille gult stativ med lille skærm uden SI-enheder, men med kontrolnumre) vil være i skoven fra kl. 10.00-19.00.

Fredag d. 1. august i tidsrummet kl. 15.00-17.00 vil der være mulighed for at købe en fortræningspakke (printet af Holbæk OK) på mødestedet. Prisen er 40 kr., og betaling sker på stedet med MobilePay 48600 (Holbæk Orienteringsklub) eller kontanter.

	Bemærk, at Holbæk OK ikke registrerer startende løbere på fortræningen og dermed heller ikke tjekker, om løberne kommer i mål. Fortræningsbanerne kan tilgås på O-track d. 1. august fra kl. 19.00.
Kontrolsystem	Alle typer af SportIdent kan anvendes. Enhederne er indstillet til touch free, og det er løbernes ansvar, at SI-brikken fungerer. Bemærk, at der lørdag er 32 poster på bane 1. Løbere, der ved tilmelding ikke oplyser SI-briknummer, får automatisk tildelt en lejebrik, som udleveres ved start og afleveres i mål hver dag. Lejebrikker er ikke touch free. Bortkomne brikker erstattes til dagspris. Posterne er markeret med poststativ og skærm ved posten. Kontrolnumre fremgår af stativet og SI-enheden. Posterne står visse steder tæt, så husk at tjekke kontrolnumre.
Postdefinitioner	Postdefinitioner er trykt på kortet, og løse postdefinitioner findes ved start og er til rådighed, hvis løberen medbringer en egnet holder.
Kortprint	Alle dage benyttes laserprintede kort på vandfast papir. Kortet udleveres derfor ikke i plastlomme.
Start	Start foregår som put & run. Startende løbere henvender sig til startpersonalet, der sikrer, at løberne starter med mindst 1 minut interval på hele minuttal. <u>Lørdag:</u> Kl. 12.00-13.30. <u>Søndag:</u> Kl. 10.00-11.30. Deltagerlister offentliggøres senest onsdag d. 30. juli på løbets hjemmeside. <u>Boks 1:</u> Udlevering af leje-SI-brik og postdefinitioner til løbere med egnet holder. <u>Boks 2:</u> Løberen stiller sig ved rette kortkasse og tager øverste kort og kontrollerer, at det er rette bane. Kortet lægges på jorden med bagsiden op ad. På starterens signal må man tage sit kort og stemple startposten. Løbere på bane 6 (let) og 7 (begynder) må kigge på kortet 2 minutter før start og få hjælp af startpersonalet. <u>Husk at stemple startposten – ellers registreres tiden ikke!</u> Clear- og check-enheder findes ved start. Der er lørdag og søndag en max.tid på 2,5 timer.
Starthjælp og skygning	Skygning er tilladt i klasser med sværhedsgraden hvid (let) og grøn (begynder) – altså banerne 6 og 7.

	Alle deltagere på førnævnte baner vil blive tilbudt starthjælp af startpersonalet. Når løberen er tryk til at starte, hjælper startpersonalet løberen med at stemple startposten, og løberen kan begive sig afsted.
Mål og væske	Løberen skal stemple målposten og dernæst begive sig til aflæsning. Efter aflæsning må kortet beholdes, men ikke vises til endnu ikke startede løbere. I mål udleveres hver dag en halv liter mineralvand i flaske pr. løber. Den tomme flaske tilhører Holbæk OK og skal derfor afleveres i pantposer på stævnepladserne. Ønskes mere vand, skal det medbringes i drikkedunk hjemmefra.
Overtrækstøj	Der er ikke transport af overtrækstøj fra start til mål.
Børnebaner	Lørdag og søndag tilbydes børnebaner i nærheden af stævnepladsen. Lørdag er der en "tarzanbane" med et par indlagte poster, og søndag er der en "sprintbane" med Go4o-kort. Efter gennemført bane vil der være en lille præmie og medalje. Om søndagen går børnebanen tæt forbi en publikumspost. Udvis hensyn.
Åbne baner	Åbne baner kan købes i stævnekontoret lørdag kl. 11:00-13:15 og søndag kl. 9:00-11:15, så længe lager haves. Der kan vælges mellem alle løbets syv baner (se baner under "Klasser og koncept" herover). Tilmelding sker i stævnekontoret på stævnepladsen og sker mod forhøjet startafgift på +30 kr. Betaling kan ske med MobilePay 48600 (Holbæk Orienteringsklub) eller kontanter: Ungdomsløbere op til 20 år: 110 kr. Seniorløbere fra 21 år: 130 kr. Lejebrik: 15 kr.
Service	Stævnekontoret åbner lørdag kl. 11.00 og søndag kl. 9.00 med salg af åbne baner (se herover). Lørdag henviser vi til kiosken "LOUIE & VENNER" ved parkeringspladsen på Telegrafvej 41. Menukortet byder på kolde og varme drikkevarer, mad/snacks, is og kan ses her: https://www.louieogvenner.dk/ved-stranden Herudover vil der være kage i dagens anledning af o-løb. Søndag har Holbæk OK en lille kiosk, der sælger øl, vand, kaffe, te, hjemmebagt kage og frugt. Lørdag og søndag er der toiletvogn med to kabiner. Lørdag står toiletvognen ca. 50 meter fra stævnepladsen (i det sydvestlige hjørne af parkeringspladsen). Søndag står toiletvognen ca. 20 meter fra stævnepladsen, umiddelbart inden indgang til skoven. Løberministeriet stiller lørdag med en lille butik, der har et orienteringsrelevant sortiment. Butikken vil være at finde på parkeringspladsen.

	Bad: Vi henviser til naturens vand i fjord, hav og bugt. Der tilbydes ikke overnatning, men overnatningsmuligheder kan ses her.
Resultatformidling	Der udleveres stræktidsudskrifter. Resultater for de enkelte etaper kan ses på skærme i nærheden af stævnekontoret, og live-resultater kan ses online, i det omfang mobildækningen tillader det. Desuden offentliggøres resultater, winsplits og O-track via løbets hjemmeside.
Præmier	Der er ingen præmier.
Stævneorganisation	<u>Stævneleder:</u> Finn Skouenborg, Holbæk OK finnsko@pm.me Tlf: 20 62 93 87 (gælder også som nødnummer) <u>Stævnekontrollant:</u> Henrik Snedker Pedersen, Holbæk OK <u>Dommer:</u> Pernille Sommer, OK Øst Birkerød <u>IT og tilmelding:</u> Jan Thiesen, Holbæk OK thiesen_4@hotmail.com <u>Banelægger, lørdag:</u> Steen Donovan, Holbæk OK <u>Banekontrollant, lørdag:</u> Jan Thiesen, Holbæk OK <u>Banelægger, søndag:</u> Asger Reinholdt Christensen, Holbæk OK <u>Banekontrollant, søndag:</u> Finn Skouenborg, Holbæk OK <u>Banelægger, fredag (fortræning):</u> Finn Skouenborg, Holbæk OK

