

Arrangør: PI-København

Københavnner Cup 1. etape Orienteringsløb

Tirsdag d. 22. marts 2011
i Ravnsholt



Dansk Politidrætsforbund





Kære orienteringsløbere

Velkommen til 1. etape af København cuppen. Det er lykkedes mig at få Orienteringsafdelingens bestyrelse med

på denne lidt vilde ide med at lave et 3 etapers orienteringsløb. Det arrangeres som 3 almindelige o-løb over 3 måneder, men med et samlet resultat for alle 3 løb.

Så derfor først og fremmest tak til bestyrelsen for opbakningen.

Hvorfor så dette initiativ? Jo, selv om jeg igennem en del år, ikke har været særlig ihærdig med at løbe politiløbene, så har jeg, de gange jeg har deltaget, ofte set nye o-løbere fra de københavnske stationer. Imidlertid ser det ud til at være svært at få dem til at fortsætte med denne fantastiske sport. Resultatlisterne viser ikke mange nye gengangere.

Hvad er årsagen til dette? Der er sikkert flere årsager, men efter min opfattelse er en af grundene, at der er for få løb i umiddelbart forlængelse af hinanden her på Sjælland. Problemet kan være det samme på Fyn og Jylland. Men det er dog i København de fleste nye kollegaer starter, så derfor skal indsatsen måske laves her.

Denne teori vil jeg gerne prøve af, derfor dette forsøg med 3 etaper indenfor 5 uger.

Jeg har også mødt stor velvilje fra Hvalsøe Hansen fra Feltsportsudvalget vedrørende terminslisten, hvor jeg fik lov at vælge før andre. Tak for det.

Centralkontoret har også vist stor velvilje, og har bevilliget mig 3 programmer, så der kan annonceres for løbene og skabes lidt omtale.

Jeg har inviteret flere stationers Uddannelsesvejledere til at deltage med nye kollegaer. De får muligheden for en på opleveren, samtidig med at orienteringssporten promoveres.

Sidst men ikke mindst, tak til mine medarrangører, uden dem ingen løb.

Ja jeg har faktisk kun mødt stor velvilje hele vejen rundt, så der er vel kun tilbage at sige godt tur i skoven. Håber det lever op til jeres forventninger, og måske på gensyn den 7. april i Valby Hegn.

*Peter Sørensen
Stævneleder*

**Støt vore annoncører
- de støtter os.....**



Ravnsholt Skov og Sønderskov

Ravnsholt Skov og Sønderskov omfatter 403 ha (hektar, 1 ha = 10.000 kvm). Ca. 48% er løvtræ, 46% er nåletræ, mens 6% er åbne arealer som f.eks. moser.

Driftsplanen

For at sikre at arealerne drives bæredygtigt, udarbejdes der 15-årige planer for driften. Den seneste driftsplan er udarbejdet for perioden 1995-2010. I driftsplanen foreskrives de overordnede mål, f.eks. at der skal tages flersidige hensyn ved driften af skovene. Det vil sige, at der skal produceres træ af høj kvalitet til træindustrien samtidig med, at der gives plads og muligheder for friluftsliv og naturoplevelser. I driftsplanen fastlægges, hvor meget træ der kan skoves i gennemsnit pr. år, og hvilke slags træer der skal plantes i skoven som erstatning for de store træer, der fældes - populært omtalt som foryngelse. Bøgebevoksninger forynges typisk ved 110-120 års alderen, mens rødgran allerede er moden til høst ved 60 års alderen.

Det er således planlagt, at 22,9 ha løvtræ vil blive foryngret med frø fra

moderbevoksningen (kaldet selvforyngelse); 10,3 ha nåletræ vil blive fældet og arealet gentilplantet med løvtræ, mens 21,5 ha nåleskov vil blive foryngret med nåletræ igen. En foryngelse af bøg fra 1989 kan ses ved (1), en fra 1995 ved (2) og fra 1998 ved (3). Ved (4) er en Lærkebevoksning underplantet med ædelgran. Arealet er hegnet for at undgå, at rådyr spiser eller ødelægger træerne. Ved (5) skal en rødgranbevoksning fældes i 1999 og gentilplantes med rødgran og douglasgran. (Tal i (-) se oversigtskort)

Tilvækst og hugst

I perioden vil der årligt blive fældet og solgt 3.300 kubikmeter træ. Tilvæksten vil årligt være 3.800 kubikmeter, hvilket betyder, at der bliver lidt mere "træ" (vedmasse) i skoven. Populært sagt spares der vedmasse op i den kommende periode, fordi træerne generelt ikke er modne til høst i de kommende år.

Nåletræer

I Ravnsholt Skov trives nåletræerne godt, og der findes mange små bevoksninger med forskellige nåletræer. Der

er mest rødgran, men også en del lærk og skovfyr samt cypres. De største og ældste skovfyr er over 140 år gamle og er markeret med (6).

Vådområder

Ravnsholt Skov og Sønderkov har oprindelig været rige på vandhuller og moser. I 1800- og 1900-tallet har man drænet en del af disse våde arealer for at producere træ på arealerne. Da åbent vand er en meget vigtig ressource for mange forskellige organismer, prøver skovdistriktet i disse år at genskabe flere af de våde områder. De fleste steder kan retableringen klares ved at tilstoppe eksisterende grøfter. Allerød Svinestøse (7) vil således blive genskabt ved lukning af grøfteafløbet om 10-20 år, når den nuværende rødgranbevoksning er blevet fældet, og produktionen af træ er "færdig". På lignende vis har skovdistriktet for nogle år siden genskabt et for dyre- og plantelivet værdifuldt moseområde i Sønderkov markeret med (8).

Ved Vestre Hus Børnenaturcenter (9) er der i 1997 gravet en lille sø til glæde for dyrelivet og naturcentrets undervisning.

Dyrelivet

Dyrelivet i Ravnsholt Skov ligner det, man normalt kan møde på en skovtur i Nordsjælland. Dog findes der i denne skov en stor bestand af hugorme, og nogle af disse er endog af den meget sjældne, helt sorte variant. Hugormene er fredede ligesom de øvrige krybdyr og skal derfor lades uforstyrrede, når man træffer dem. I skoven gør de stor gavn ved at være med til at holde musebestanden nede.

Ligeledes findes der en bestand af ynglende rovfugle; spurve- og duehøge, musvåger samt natugler. Deres redetræer samt nabotræerne freder vi mod fældning for at sikre stabile og trygge forhold i den meget følsomme yngleperiode.

Ligesom rovfuglenes yngletræer er fredede, er spætternes det også. Det vil sige, at træer med spættehuller forbliver stående, så de også i årene efter at spættterne har ynglet, kan blive brugt som yngletræer for andre af de hulrugende fugle - specielt er mejser og stære glade for de hule træer.

Lidt om **Kontrollkortet**

Ved de fleste stævner og mange træninger bruges der i dag et elektronisk kontrollkort.

Det er en plastbrik, der monteres på hånden. Den har indbygget en lille chip, der registrerer alle de poster du klipper under vejs. Brikken modsvarer en kontrolenhed, der er monteret på hver post.

I Danmark er der mulighed for at møde 3 forskellige kontrolsystemer: Et manuelt og to elektroniske.

Det simpleste system er det manuelle. Her bruger du stiftklemmer som kontrolenhed på alle poster og et kontrollkort lavet i vandfast papir.

Klip skal ske i rækkefølge og i den rubrik på kontrollkortet, der indeholder postens nummer på banen.

Hvis to klip kommer i berøring med hinanden eller overlapper hinanden, godkendes disse klip kun, hvis din markering kan identificeres. Har du klippet forkert i en rubrik, eller har du sprunget over en rubrik, skal du benytte de særlige reserverubrikker: R1, R2 eller R3 på kontrollkortet. De skal klippes i rækkefølge.

De 2 elektroniske systemer hedder: Sportident og Emit.

For dem begge gælder det, at du som deltager har ansvaret at brikken har det rigtige nummer, er funktionsdygtig og er nulstillet inden start.

Du skal kort sagt tjekke om det nummer, der står på din brik, passer med det nummer der fremgår af startlisten, og at den er funktionsdygtig. Det sker ved at bruge den særlige kontrolenhed, der er opsat inden start og som nulstiller din brik. Du skal også huske aktivere brikken i den kontrolenhed, der kan

være opstillet ved kortudleveringen.

Det er også dit ansvar, at du ved hver post opnår en læsbar markering i din brik. Er du i tvivl om at det elektroniske system virker, skal du i stedet sikre dig en backup kvittering.

Det sker for Emit systemets vedkommende ved at præge et mønster i et særligt backupkort, der er monteret på din brik.

Ved brug af Sportident, skal du foretage et manuelt klip med den på posten monterede stiftklemme i en af rubrikkerne: R1, R2 og R3, der er trykt på løbskortet. Også her gælder det at reserverubrikkerne skal klippes i rækkefølge.

Konsekvenserne af et fejlklip er diskvalifikation.

Det gælder uanset om fejlen er et klip i forkert rækkefølge eller klip af en forkert post.

Mangler du et klip, enten på grund af fejl ved markeringen, fordi du kommer til at springe en post over eller fordi du afbryder dit løb, vil dublive noteret som udgået.

Du skal være opmærksom på, at der er muligt at rette din fejl. Du skal blot tilbage til den rigtige post og genoptage løbet derfra.

I helt særlige tilfælde kan en dommer i stedet for en diskvalifikation pålægge en tidsstraf.

Her ved Københavner Cup benyttes systemet Sportident, som er altid benyttet på Sjælland. Emit systemet benyttes i det meste af Jylland. Er du i tvivl om systemet, så spørg ved start.

Terminsliste 2011

UGE/DATO	Forening	Løbsområde/Skov
12/tirsdag 22/3.	København - etape 1.	Ravnsholt.
13/torsdag 31/3.	Ålborg, - Cimbrerløbet.	Bulbjerg.
14/torsdag 7/4.	København - etape 2.	Valby Hegn
15/tirsdag 12/4.	PM i feltsport - Odense PI.	Langesø Nord.
16/	Påskeugen	
17/		
18/torsdag 5/5.	København - etape 3.	Store Dyrehave syd.
19/tirsdag 10/5.	Grenå.	Grenå plantage.
20/onsdag 18/5.	Ringkøbing	Præstbjerg plantage.
21/torsdag 26/5.	Randers - Gudenåløbet	Rebild

33/		
34/37	Reserveret København	Pokalløbet.
35/tirsdag 30/8.	Køge, " Niels Juel løbet"	Skjoldnæsholm.
36/tirsdag 6/9.	PM i orientering - Assens PI	Svanninge Bjerge
37/		
38/		
39/tirsdag 27/9.	Teglstrupløbet, Helsingør.	Gribskov Midt??
40/	Reserveret Åbenrå	?
41/tirsdag 11/10.	Slagelse	Slagelse Lystskov.
42/	Efterårsferie	
43/torsdag 27/10	Randers - klubmesterskab	Kommer senere.
44/		

Hvem kunne tænke sig at arrangere løb i 2012: - giv besked til feltsportsudvalget og reserver en dato allerede nu.

Københavns PI har planer om at arrangere PM i feltsport og orientering i foråret 2012: (der arbejdes p.t. på et dobbeltarrangement i Skagen - i lighed med det på Bornholm).

P.U.V.

H. A. Hvalsøe Hansen, Odense PI.

Tlf. arb. 66141448 lok. 4056 mobil. 41382170

Tlf. privat 64891966 - 20840966

Mail: hha013@politi.dk - privat: haco23@saknet.dk

Foreningerne opfordres til at sende indbydelser og resultatlistes til: info@politisport.dk til opdatering på hjemmesiden. Der må også gerne følge billeder med. Husk DPIF.s hjemmeside: WWW.politisport.dk

Indbydelse til: København Cup 2. etape

Torsdag d. 7. april 2011

i Valby Hegn

Stævnecenter: Helsingehallerne, Idrætsvej 21, 3200 Helsinge. Åben 08.00

Parkering: Ved stævnecenter.

Stævneplads: 4,5 km. fra Stævnecenter. Egentransport

Start/Mål: 100-500 m fra stævneplads.

Første start: kl. 10.00.

Kontrolsystem: Elektronisk Sport Ident.

Kort: Valby Hegn 1:10.000, 2005. Ækv. 2,5 m.

Baner: Bane 1: ca. 10 km. Bane 2: ca. 8 km. Bane 3: ca. 6 km.

Bane 4: ca. 4 km., Bane 5: ca. 6 km mellemsvær

Bane 6 ca. 5 km. let.

Tilmelding: Senest den 27. marts 2011 via Outlook til Peter Sørensen
PSO011@politi.dk. Husk at oplyse nr. på egen brik.

Startafgift: 65,- kr. som indbetales til Brune Stub, Danske Bank, konto nr.
1551 6714765. Leje af brik 10,- kr.

Præmier: Efter deltagerantal på 2. etape. Desuden præmier for det samlede resultat efter tre etaper.

Afslutning: Kl. 13.30 i Stævnecenter. Præmieoverrækkelse og kaffebord.
Kaffe og brød bestilles ved tilmelding: 35,- kr.

Banelægger: Karsten Jørgensen, PI København.

Banekontrol: Peter Sørensen, PI København.

Overdommer: Tilstedeværende medlemmer af FU.

Peter Sørensen

Stævneleder.

Politiets Idrætsforening København, Orienteringsafdelingen.

Husk: Tilmelding til etape 3 den 5. maj.

Indbydelse til: København Cup 3. etape

Torsdag d. 5. maj 2011

i Store Dyrehave

Stævnecenter: Blavstrødhallen, Sortemosevej 20, 3450 Allerød. Åben 08.00

Parkering: Ved stævnecenter.

Stævneplads: 3,5 km. fra Stævnecenter. Egentransport

Start/Mål: 100-500 m fra stævneplads.

Første start: kl. 10.00

Kontrolsystem: Elektronisk Sport Ident.

Kort: Store Dyrehave Syd 1:10.000, 2010. Ækv. 2,5 m.

Baner: Bane 1: ca. 10 km. Bane 2: ca. 8 km. Bane 3: ca. 6 km.

Bane 4. ca. 4 km., Bane 5: ca. 6 km mellemsvær

Bane 6 ca. 5 km. let.

Tilmelding: Senest den 24. april 2011 via Outlook til Peter Sørensen
PSO011@politi.dk. Husk at oplyse nr. på egen brik.

Startafgift: 65,- kr. som indbetales til Brune Stub, Danske Bank, konto nr.
1551 6714765. Leje af brik 10,- kr.

Præmier: Efter deltagerantal på 3. etape. Desuden præmier for det samlede resultat efter alle tre etaper.

Afslutning: Kl. 13.30 i Stævnecenter. Præmieoverrækkelse og kaffebord.
Kaffe og brød bestilles ved tilmelding: 35,- kr.

Banelægger: Erik Jacobsen, PI København.

Banekontrol: Peter Sørensen, PI København.

Overdommer: Tilstedeværende medlemmer af FU.

Peter Sørensen

Stævneleder.

Indtegninger på kortet

På dit kort er indtegnet start, delstræk, poster med postnumre og mål. Banelæggeren laver sine indtegninger med den violette banefarve. Bemærk at disse symboler gælder generelt og derfor både for sprint- og orienteringskort.



Start er på dit kort vist med en ligesidet trekant. En spids i trekanten skal pege imod den første post. Er startpunktet forskudt i forhold til kortudleveringen, er det startpunktet, der er indtegnet.

Poster indtegnes med en cirkel. Posternes nummer angives i rækkefølge fra 1 og opad og postnummeret skal pege imod nord på dit kort og være placeret tæt på cirklen.

Mål finder du på kortet angivet med en dobbelt cirkel. Delstrækkene vises med en ubrudt linie fra start via alle poster til mål. Er der indlagt et tvunget delstræk, vil det være indtegnet med en stiplede linie, der viser forløbet. Et tvunget delstræk vil være afmærket i terrænet, og det skal du følge.



Passage forbudt er indtegnet på kortet med en fuldt optrukket linie i violet banefarve. Lovlige passager i hegn og andre tvungne overgange viser banelægger på kortet med to buer. De viser den nøjagtige placering af overgange. Hvis der er tale om en tvungen overgang, føres linjerne mellem posterne til og fra passagestedet. En tvungen overgang skal du følge.

Et væskedepot er vist med et bæger på kortet, hvis det er placeret ved en tvungen overgang. Er depotet placeret ved en post vises det ikke på kortet men alene i postbeskrivelsen. Det samme gælder en førstehjælpspost.



Væskedepot



Førstehjælp

Forbudte områder, der ikke allerede er vist på kortet af korttegner, skal af banelægger vises med lodrette linier i violet banefarve.

Forbudt område

Er afgrænsningen af det lodret skraverede område på kortet vist med en fuldt optrukket eller stiplede kantlinie, vil det forbudte område i terrænet være afmærket

med henholdsvis en ubrudt eller en sporadisk markering. Dækker skraveringen på kortet en vej eller anden ledelinie i terrænet, må du ikke følge den i terrænet.

Forbudt rute

Forbudt rute, herunder jernbaner, veje eller andre ledelinier, der ikke må passeres eller følges, er på kortet vist med en serie krydser, der er indtegnet med den violette banefarve.

Farligt område vil være indtegnet på kortet med denne krydsskravering. Et farligt område er det ikke forbudt at passere, men det er sjældent en god ide.



Mål

Dit løb er slut, når du på mållinjen klipper målposten. Er der ikke opsat en sådan, skal du bare passere mållinien.

Kan du ikke overholde den for banen angivne maxtid, må du afbryde dit løb og melde dig i mål. Det samme gælder, hvis du vælger at udgå undervejs, eksempelvis hvis du kommer til skade. Det er utroligt vigtigt, da du ellers kan blive årsag til en forgæves eftersøgning.

Støt vore annoncører - de støtter os.....

