

Slutinstruktion København Cup 3. afdeling 2023

- Stævneplads:** Græsareal ved Nyruphus, Kongevejen 270, 3060 Espergærde.
- Parkering:** Offentlig p-plads ved Nyruphus, Kongevejen 270, 3060 Espergærde. Alternativ parkering findes ved Rørtangvej, 3070 Snekkersten i tilknytning til Kongevejen og Eriksholm Research Centre, Rørtangvej 20, 3070 Snekkersten.
- Startliste:** Vil være ophængt ved stævnepladsen samt på piorientering.dk
- Start:** Start vil være at finde på selve stævnepladsen, max 100 meter fra målområdet.
- Første start er kl. 10:00.
- Lejebrikker udleveres ved start. Husk clear og check.
- Fremkald 4 minutter før.
- Ved start skal løberen selv kontrollere løbskort svarende til tilmeldt klasse.
- Toiletter:** Offentligt toilet i Nyruphus ved stævnepladsen.
- Baner:**
- Bane 1: 7,6 km, 28 poster. 1:10.000 med kortvend. Væske på banen.
- Bane 2: 6,4 km, 24 poster. 1:10.000 med kortvend. Væske på banen.
- Bane 3: 5,0 km, 20 poster. 1:7.500 uden kortvend. Ingen væske.
- Bane 4: 4,0 km, 16 poster. 1:7.500 uden kortvend. Ingen væske.
- Bane 5: 4,6 km, 16 poster. 1:7.500 uden kortvend. Ingen væske.
- Bane 6: 4,2 km, 13 poster. 1:7.500 uden kortvend. Ingen væske.
- Postdefinitioner:** Vil være trykt på kortet. Løse definitioner kan udleveres ved start.
- Kontrol:** Der anvendes Sport-Ident enheder. Ved svigt af brik eller enhed skal kort stemples.

Mål: Mål er på stævnepladsen. SI-brikken udlæses ved mål. Max tid er 2,5 time, og udgående løbere skal melde sig i mål.

Kort: Nyrup Hegn, ækvistand 2,5 meter, og nyrevideret i 2021. 1:10.000 for bane 1 og 2, 1:7.500 for resterende baner.

Terræn: Nyrup Hegn er en typisk nordsjællandsk blandingskov med et veludviklet stinet. Kuperingen er let til middel, og gennemløbeligheden er middel god. Der vil forekomme visse områder i skoven som er nyfældet, hvilket gør gennemløbeligheden mindre god. Der er ydermere områder, som bærer præg af mere vand end hvad kortet viser.

