

Slutinstruktion

København Cup 2. etape.

Stævnecenter: Værløse Svømmehal/Værløsehallen, Kirke Værløsevej 60 Værløse.

Ved stævnecenter er ophængt startliste og instruktion. Her vil det også være muligt at tage et program.

Parkering: Ved stævnecenter.

Stævneplads: Ved Stævnecenter.

Start: 800 meter fra Stævnecenter. Følg rød/hvid snitzling.

Første start kl. 10.00. Fremkald 3 minutter før egen Starttid.

Mål: Mål er beliggende 600 meter fra Stævnecenter. Efter at være kommet i mål følger løberen ligeledes en rød/hvid snitzling frem til beregnervognen ved stævnecenter, hvor ens brik aflæses.



Rød firkant = Beregnervognen.

Kontrolsystem: Der benyttes Sportident. **Lejebrikker udleveres ved start.** Hvis en post ikke virker, skal der stemples i kortet. Husk at aflevere lånebrik i mål.

Løbskort: Præstskoven og Ryget. Revideret 2022. Ækv. 2,5 meter. 1:10.000 for klasserne 1, 5 og 6. 1:7.500 for klasserne 2, 3 og 4.

Banelængder. Bane 1: 7,9 km. Bane 2: 6,5 km. Bane 3: 4,9 km.

Bane 4: 3,2 km. Bane 5: 4,9 km. Bane 6: 4,8 km.

Terrænet: Skoven bærer præg af at være skov op til Farum Sø med rimelig høje skrænter ned til søen. Skoven er delt af en nord-syd gående grøft/mose. Den østlige del af skoven er der et åbent område med god

gennemløbelighed. På sydsiden er der store skrænter ned til mose/søen og på vestsiden god gennemløbelighed. Helt oppe i den nordvestlige del af skoven er der mange oldtidsminder i form af dysser og jættestuer samt flere hulveje, som formentlig er mere end 5 tusind år gamle.

Der er mange poster i skoven, så tjek kontrolnummer.

Kortet vil være vandfast.

Resultater:

Kan ses ved beregnervognen på opstillet fjernsynsskærm. Der vil også liveresultater på <https://liveresultat.orientering.se/>

Resultaterne vil desuden hurtigst muligt blive tilgængelig på afdelingens hjemmeside.

Væske:

Der vil ikke være væske på banerne, kun i mål.

Max. Løbetid:

2½ time for alle baner.

Bad/Omklædning:

Foregår i Svømmehallen. Man henvender sig i receptionen/cafeen og oplyser at man er orienteringsløber. Så vil man få udleveret en brik med adgang til omklædning og bad. Hvis der ikke er plads til sportstasken i omklædningsrummets skab, kan den stilles ved beregnervognen, eller i egen bil. Brikken til svømmehallen afleveres når man forlader omklædning/bad efter løbet.

LØBESKO ER IKKE TILLADT I SVØMMEHALLEN.

Forplejning:

Svømmehallens Cafe er åbent under hele stævnet.

Præmieoverrækkelse:

Der vil være præmieoverrækkelse kl. 13.00-13.30. Dette vil foregå i fællesrummet i Værløsehallen, som ligger lige ved siden af. Her vil der også være kaffebord. Løberne vil også kunne opholde sig her.

Der vil være præmie efter deltagerantal samt lodtrækningspræmier.

Peter Sørensen, Stævneleder.