

Slutinstruktion

København Cup 3. etape. 03.06.25

Stævnecenter:	Kvistgaard Idrætsanlæg, Reerstrupvej 2, 3490 Kvistgaard. Ved stævnecenter er ophængt startlister og instruktion. Her vil det også være muligt at tage et program
Stævneplads: OBS	Parkering ved P-plads, i skoven, Hornbækvej.ca. 1,5 km. nord for Kvistgaard. Skærm ophængt. Der er ikke plads til alle her, så parkering på stierne op til p-pladsen. Stævnepladsen er beliggende ca. 200 meter fra P-plads.
Start:OBS	Ca. 400 m fra stævneplads, følg snitzling Første start kl. 10.00. Fremkald 3. minuttet før egen starttid
Mål: OBS	Følg snitzling fra mål til beregningen for aflæsning af brik. Ca. 50 m.
Kontrolsystem:	Der benyttes Sportident. <u>Lejebrikker udleveres ved start.</u> Hvis en post ikke virker, skal der stemples i kortet. Husk at aflevere lånebrik i mål. Der er touch fri postenheder. Husk at stemple i mål.
Løbskort:	Krogenberg Hegn. Ækv. 2,5 m 1:10.000 for bane 1, alle øvrige baner 1:7.500. Banelængder: Bane 1: 8,0 km Bane 2: 6,3 km Bane 3: 4,8 km Bane 4: 3,3 km Bane 5: 4,5 km Bane 6: 4,2 km

Terrænet er en typisk nordsjællandsk blandingsskov med mild kupering. Visse grøfter er brede med meget vand i, så vær opmærksom. Der findes også brombær i flere området i skoven. Der må ikke kantløbes på Hornbækvej. Vejen skal krydses ved den tvungne overgang, og derefter skal der løbes i skoven igen. Vær opmærksom på hurtig trafik fra begge retninger.

Kortet vil være vandfast.

Banerne vil være tilgængelige på O-track fra kl. ca. 11.30

Resultater:

Kan ses ved beregnervognen på opstillet skærm. Der vil også være Liveresultater på <https://liveresultat.orientering.se/>

Resultaterne vil desuden hurtigst muligt blive tilgængelig på afdelings Hjemmeside.

Væske. OBS

Der er væske på alle banerne, med undtagelse af bane 4.

Max. Løbetid

2 ½ time for alle banerne.

Bad/Omklædning

Foregår i Kvistgaard Idrætsanlæg.

Forplejning:

Der vil ikke være mulighed for forplejning ud over kaffebordet. Anden forplejning skal selv medbringes.

Præmieoverrækkelse:

Der vil være præmieoverrækkelse kl. 13.00-13.30, afhængig hvornår sidste løber sidste løber er omklædt og klar.

Kaffebordet vil være "smør selv" arrangement med drikkevarer.

Der vil være præmier efter deltagerantal, samt lodtrækningspræmier.

Peter Sørensen/Dan Frederiksen, Stævneleder.