

REMA 1000

Instruktion til



Sommerløbet 2024



søndag d. 2/6 2024

Stævne og klassifikation

Stævnet er ★★★

Stævnet er det sidste løb i Midtjysk Ungdomsliga, hvor de samlede vindere af ligaen kåres.

Skov

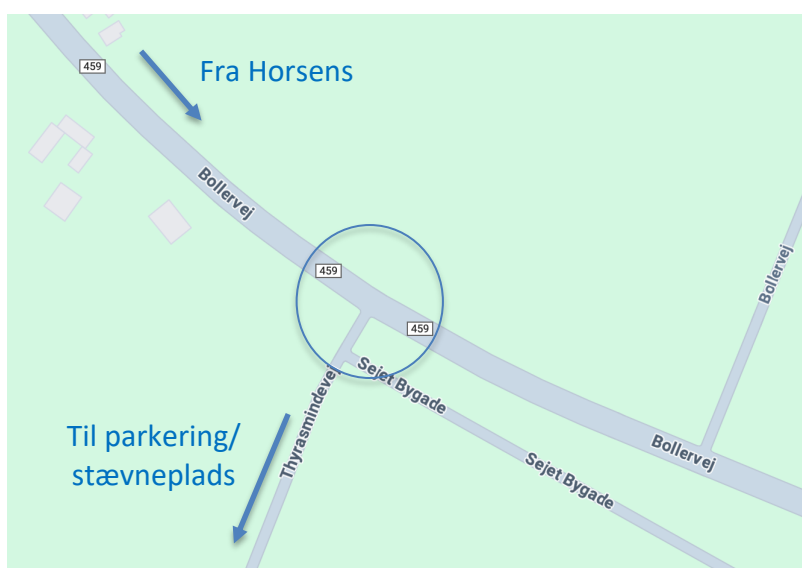
Bjerge Skov ved Horsens.

Stævneplads

Stævneplads ved Bjerge Naturskole i nærheden af Møgelkærvej 27, 8700 Horsens.

Afmærkning

Vejkrydset hovedvej 459, Bollervej og Thyrasmindevej. GPS koordinater 55.82172, 9.91489 eller 55°49'18.2"N 9°54'53.6"E



Afstande	Fra parkering til stævneplads: ca. 200-800 m. Fra stævneplads til start: ca. 400 m.
Stævnekontor	Findes på stævnepladsen og er åben fra kl. 09.00.
Parkering	Kantparkering langs Ustrup Skovvej og Møgelkærvej. Parkeringsvagter vil hjælpe med anvisning af parkering. Følg rød/hvid snitzling til stævneplads.
Kort	Bjerre, ækvidistance 5 m, revideret i 2024, 1:7.500.
Terræn	Kuperet blandingskov med mange detaljer og et udviklet stinet. Diffuse tætheder, men overvejende let gennemløbelig. Kraftig kupering i dele af skoven. I nogle områder af skoven kan der forekomme underbevoksning.
Klasser og banelængder	Til Sommerløbet tilbydes følgende baner:

Klasser Herre	Klasser Damer		Distance (km)	Bane nr.
H18, H20, H21		Sort	8,4	1
H40	D18, D20, D21	Sort	6,9	2
H16, H50	D40	Sort	5,2	3
H60	D16, D50	Sort	4,7	4
H70	D60	Blå	3,5	5
H14, H20B, H21B, H45B		Gul	4,9	6
H-Let, H12, H14B	D-Let, D12, D14B	Hvid	2,9	7
H80	D70	Blå	2,9	8
	D14, D20B, D21B, D45B	Gul	4,1	9
Begynder, H10, H12B	Begynder, D10, D12B	Grøn	2,8	10

OBS: Til de mindste løbere har vi som et forsøg lavet en forkortet begynder bane:

Klasser Herre	Klasser Damer		Distance (ca. km)	Bane nr.
H10B	D10B	Grøn	1,8	11

Bemærk, at MUL klasserne omfatter:

Klasser	Bemærkning
D20A, H20A	
D20B, H20B	
D18A, H18A	
D16A, H16A	
D14A, H14A	
D14B, H14B	Skygning tilladt
D12A, H12A	Skygning tilladt
D12B, H12B	Skygning tilladt
D10A, H10A	Skygning tilladt

Åbne baner	<p>Åbne Baner kan købes på dagen og vil omfatte ovenstående baner fra 1 – 10 så længe lager haves. Banerne købes i Stævnekontoret så længe beholdning af kort haves. Betaling sker kontant eller via MobilePay.</p> <p>Banerne kan købes i tidsrummet kl. 09.00 – 11.30.</p> <p>Priser: Junior D/H -20 : 90 kr. Senior D/H 21- : 120 kr.</p> <p>Åbne Baner starter efter put-and-run princippet.</p>
Transport af overtøj	Tilbydes ikke
Væske i skoven	Tilbydes ikke
Præmier	<p>Der er præmier til nr. 1 i alle ungdomsklasser til og med H/D-16. Derudover overrækkes pokaler til de samlede vindere i Midtjysk Ungdomsliga. Bemærk, at man skal være til stede på stævnet for at kunne modtage pokalen. Desuden vil der være medaljer til alle ungdomsløbere, der er til stede ved præmieoverrækkelsen.</p>
Kontrolsystem	<p>Der anvendes SPORTident.</p> <p>Det er muligt at leje Sportident brik i stævnekontoret for 25 kr., hvis f.eks. ens brik er gået i stykker. For bortkommen eller ikke-afleveret leje-brik opkræves 500 kr.</p> <p>Lejebrik udleveres klubvis fra stævnekontoret. Husk at afhente lejebrik i stævnekontoret inden I ankommer til startområdet.</p>
Start	<p>Første start er kl. 10.00. Løbere følger blå/hvid snitzling fra stævneplads til start.</p> <p>Grønne og Hvide Baner har fri start (put-and-run) mellem kl. 10.00 og kl. 12.00</p> <p>Åbne Baner har fri start (put-and-run) mellem kl. 10.00 og kl. 12.00.</p> <p>I området før Starten vil der være ophængt Instruktion, startlister og et O-kort over Bjerre. Der vil være enheder til Clear, Check og SIAC off af Sportident brikker. Har man en SIAC brik er det en god idé at sætte den i SIAC off umiddelbart efter Check for at spare på brikkens batteri.</p> <p>Starten består af 4 startbokse. Når start-uret foran Starten viser ens starttid går man ind i boks 1 og bliver registreret. Der vil være ophængt løse postdefinitioner til løbere med egen holder i boks 2. Løbere registreres i henhold til startlisten i boks 3 og der foretages en elektronisk registrering af alle løbere. Kortkasser er opstillet i boks 4.</p> <p>Specielt for Grønne og Hvide Baner: Løbere på disse baner kan få udleveret kortet 2 minutter før start og få vejledning af Startpersonalet (boks 3).</p> <p>Specielt for put-and-run (Åbne Baner, Grønne/Hvide Baner): Når man ønsker at starte, stiller man sig i køen for put-and-run og følger startpersonalets anvisninger.</p>

Det er løbers eget ansvar at tage det korrekte kort. Skulle man komme til at tage et forkert kort, er det ikke tilladt selv at lægge det tilbage, men man skal i stedet henvende sig til startpersonalet.

Det er løbers eget ansvar at sørge for, at Clear og Check af Sportident-brikken er foretaget inden start uanset om der er tale egen eller lejet brik.

For sent startende løbere skal henvende sig til en repræsentant fra startpersonalet og følge dennes anvisninger.

Specielt vedr. Grønne/
Hvide Baner

I skoven der være gul/blå snitzlet mellem enkelte poster for hjælpe løberne pga. diffuse stier:

Bane 7: D-Let, D12, D14B, H-Let, H12, H14B – **Post 9-10**

Bane 10: Begynder, D10, D12B, Begynder, H10, H12B – **Post 11-14**

Bane 11: D10B, H10B – **Post 3-4 og Post 7-10**

Desuden skal Grønne/Hvide Baner krydse en mindre befærdet asfaltvej. Her vil der være en vagt med gul vest, som hjælper løberne med at passere vejen.

Mål

Ved målpassage stemples mål-enheden, hvorefter der fortsættes til aflæsning af Sportident-brikken. Lejede brikker afleveres til målpersonalet.

Efter aflæsningen udleveres der 0,5 liter kildevand sponsoreret af Rema 1000.

Kortet inddrages ikke og der opfordres til fair-play, således man ikke viser sit kort til ikke-startede løbere.

Max tid

Maks. tiden er 2,5 time. Løbere med en tid over maksimale tid vil blive diskvalificeret.

Skygning

Grønne og Hvide Baner må skygges, og der er mulighed for et sort/hvid kort til alle skygger.

Børnebaner

Tilbydes ikke i traditionel forstand, men der vil være mulighed for at prøve kræfter med Go-4-O i tidsrummet kl. 10.00 – 13.00. Deltagelse er gratis.

Børneparkering

Tilbydes ikke.

Toiletter

Der vil være opstillet toiletter på stævnepladsen med mulighed for at desinficere hænder efter toiletbesøget.

Kiosk

På stævnepladsen findes kiosk med grillpølser, pastasalat, slik, frugt, kage kaffe/the samt og sodavand (**da kiosken betjenes af børn/unge sælger vi ikke øl**).

For at gøre kiosken lidt grønnere opfordrer vi jer til at medbringe eget krus til kaffe/te, så vi minimerer forbruget af engangskopper.

Der modtages betaling via Mobilepay og kontant.

Kiosken åbner kl. 9.30.

Førstehjælp	<p>Førstehjælpskasse findes i Stævnekontoret.</p> <p>På alle kort vil der være trykt telefonnummer på førstehjælp på stævnepladsen samt stævnepladsens GPS-koordinater.</p>
Bad	Tilbydes ikke.
Resultater	<p>Offentliggøres på skærme samt på Live Results: https://liveresultat.orientering.se/index.php?lang=en&</p> <p>Efter løbet vil resultaterne være tilgængelige på:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Løbets hjemmeside (www.horsensok.dk) • O-Track (https://o-track.dk) • WinSplits Online (http://obasen.orientering.se/winsplits/online/dk/) • O-Result (https://www.o-result.dk)
Officials	<p>Stævneleder: Kristine Skouboe, Horsens OK E-mail: kristine.skouboe@icloud.com Tlf: 5173 4699</p> <p>Banelægger: Lukas Verhelst, Horsens OK Korttegner: Troels Jensen, Horsens OK Banekontrollant: Allan Thesbjerg, Horsens OK Stævnekontrollant: Allan Skouboe, Horsens OK Dommer: Jens Liengård, OK Snab</p>
Versionshistorie	<p>Rev. A – 30/5 - 2024 Første udgivelse</p>