



INSTRUKTION

Velkommen til træningsløb og åbent-hus i Bygholm / Åbjergskoven lørdag 31. januar 2026

Løbet foregår med udgangspunkt fra vort klubhus på Åbjergskovvej 6, 8700 Horsens.

Der kan startes mellem kl. 12.30 og 14.00. Posterne indsamles fra klokken 15.00.

Vælg mellem følgende 6 baner:

- | | | | |
|--------------------------|--------|-----------|--------------------|
| • Bane 1 - Svær lang: | 9,5 Km | 33 poster | målestok 1: 10.000 |
| • Bane 2 - Svær ml.lang: | 6,4 Km | 24 poster | målestok 1: 10.000 |
| • Bane 3 - Svær kort: | 3,3 Km | 12 poster | målestok 1: 7.500 |
| • Bane 4 - Mellemsvær: | 4,0 Km | 14 poster | målestok 1: 10.000 |
| • Bane 5 - Let: | 3,3 Km | 18 poster | målestok 1: 10.000 |
| • Bane 6 - Begynder: | 2,1 Km | 14 poster | målestok 1: 10.000 |

Der er snitzling fra klubhuset til Start og på bane 6 er der snitzlet fra post 7 til post 8

Pris for deltagelse: Kr. 20,- for voksne og Kr. 10,- for børn. Betal gerne på MobilePay 34505

Vores skovtilladelse er udelukkende gældende for orienteringsløb og deltagerne må derfor ikke medtage hunde under løbet.

Der er tidtagning med SI-udstyr og der er mulighed for at låne en SI-brik, hvis du ikke har selv. Tracker du dit løb på GPS-ur, kan du efter løbet uploade tracket på o-track.dk og sammenligne dig med andre på samme bane.

Husk at melde dig til arrangøren efter løbet, uanset om du har gennemført eller ej, så vi er sikre på, at alle er kommet tilbage fra løb.

Vi har denne dag besøg af omkring 30 løbere fra løbeklubben Atlética, som skal prøve kræfter med et orienteringsløb. Der er designet en speciel bane til disse hurtigløbere uden o-erfaring.

Efter løbet er der mulighed for at købe varm kakao og boller mv. i klubhuset og husker du et håndklæde, kan du få et varmt bad.

Rigtig god fornøjelse
Horsens Orienteringsklub

Fam. Lundø / Tommy

