

Indbydelse/Instruktion til VTR-løb d. 05.12.2010 i Fruens Plantage - Hovedmosen

Mødested/Parkering:	Rønnebæk skole. Afmærkning fra Ny Præstøvej.		
Afstande:	P-SP 200 m. Følg afmærkning. SP-Start 50 m. Følg afmærkning.		
Kort:	Fruens Plantage, revideret 2010. Ækv. 2,5 m. 1:6.000.		
Postdefinition:	IOF symboler.		
Terræn:	Skoven består af vekslende beplantning af åben bøgeskov og tættere områder med gran. Der er mange veje og stier. Øst for jernbanen er skoven storkuperet med mange kurvedetaljer. Vest for jernbanen er skoven flad og våd. Der er for nylig fældet en del af grantræerne, hvorfor der er kommet en del åbne områder. Disse fremgår af kortet.		
Baner:	Grøn (begynder) 2,6 km 9 p.	Sort, mini (svær) 3,3 km. 17 p.	
	Hvid (let) 2,9 km. 10 p.	Sort, kort 4,5 km. 19 p.	
	Gul (mellemsvær) 4,4 km. 15 p.	Sort, mellem 5,7 km. 23 p.	
		Sort, lang 6,8 km. 30 p.	
”Bytterfly”	Banerne sort lang og sort mellem har hhv 2 og 1 ”bytterfly”-post. Det vil sige, hvor samme post skal opsøges flere gange.		
Kontrolenheder:	Der løbes med Sport-ident.		
1. start:	Kl. 10.00. Kort udleveres i startøjeblikket. Dog får grøn og hvid udleveret kortet 1 min før start. Der startes som ”put and run”. Der vil være bemanded startfremkald.		
Væske:	Forefindes kun ved mål.		
Postmarkering:	Der benyttes sport-ident spyd forsynet med 1 kliptang. Eksempel er opsat ved start.		
Målprocedure:	Efter målgang aflæses brik.		
Resultater:	Ophænges.		
Startafgift:	Kr. 10,- for børn u. 16 år. Øvrige kr. 25,-. Kontant på dagen.		
Banelægger Stævneleder & Overdommer	Jesper Børsting Fællesejevej 16 4700 Næstved Tlf. 55739085 E-mail: jesperborsting@post.tele.dk		