

INSTRUKTION

VTR-løb Rørvig Sandflugtsplantage, søndag den 13. december 2015

5. afdeling i serien af Vintertræningsløb 2015-16 for orienteringsklubberne i Region Sjælland.

Stævneplads: Enden af Telegrafvej – vejvisning og parkering: [Oversigtskort](#)

Parkering: De offentlige P-pladser - ingen parkeringsvagter !

Kort: Rørvig Sandflugtsplantage. Revideret december 2013
Postdefinitioner er trykt på kortet. Løse postdefinitioner forefindes.

Pris: kr 10,00 for ungdom til og med 16 år - øvrige løbere betaler kr 25,00.

Sport Ident: Løbet afvikles med Sport Ident. Benyt brikken ved indskrivning, så går det hurtigere. Har man ikke en SI-brik, kan en sådan lejes for kr 10,00. Leje-brikker afleveres ved målgang. For bortkomne brikker betales kr 250,-.

Indskrivning: fra kl 09:45

Første start: kl 10:00

Sidste start: kl 11:00

Seneste målgang: kl 12:30

Baner og banelængde:

sort lang (svær) – 8,3 km, 28 poster

sort mellem (svær) – 6,4 km, 22 poster

sort kort (svær) – 4,9 km, 19 poster

sort mini (svær) – 3,5 km, 14 poster (OBS 1:7500)

gul (mellemsvær) – 5,1 km, 12 poster

hvid (let) - 4,0 km, 15 poster

grøn (begynder) - 2,0 km, 10 poster

Start: Starten er beliggende 150 m fra stævnepladsen. Kortet udleveres ved indskrivning. Kun løbere på hvid bane og grøn bane må kigge på kortet inden startposten klippes – her må også skygges.

Om skoven:

Åben skov med detaljeret kurvebillede og et regelmæssigt stisystem. Mod nord et detaljeret klitområde.

Hold dig orienteret om evt. ændringer på OK Roskildes hjemmeside: www.okr.dk

Her vil resultatliste og stræktider komme så hurtigt som muligt.

Banelægger: Anders Laage Kragh

Beregning: Mogens Hald Kristensen

Vi ses i skoven

Se mere om skoven [her](#)