

Indbydelse/Instruktion til pinseløb d. 13.06.2011 på Vesterlyng

Mødested/Parkering/Mål:	P-plads ved vandet midt i skoven. Afmærkning fra Eskebjerg.			
Afstand til start:	P – start 50 m. Personlig fremvisning. Fælles afgang kl. 9.55 PRÆSIS.			
Kort:	Vesterlyng,. Nytegnat 2009. Ækv. 2,5 m. 1:10000.			
Terræn:	Åben hedelandskab med god gennemløblichkeit og oversigt. Krydret med tungt løbende sandpartier og tætte enebær områder med svær gennemløblichkeit og ingen oversigt. Kun få veje/stier men tilgængæld mange detaljer i øvrigt. Desuden forekommer et mindre reelt stykke skov midt i området, hvor der tilgængæld er mange veje/stier.			
Baner;	Kort, let	2,5 km.	Almindelig o-bane.	Enkeltstart.
	Mellem, svær	5,0 km.	Specialbane.	Fællesstart.
	Lang, svær	8.0 km.	Specialbane.	Fællesstart.
Maxtid:	90 minutter. Postindsamling starter kl. 12.00.			
Kontrolkort:	Sport-Ident.			
Postbeskrivelse:	IOF-symboler. Påsat løbskortet.			
Tidsprogram:	Kl. 9.30	udlevering/indprikning af eget kort.		
	- 9.55	fælles afgang til start.		
	- 10.00	fællesstart Lang.		
	- 10.05	fællesstart Mellem.		
	- 10.10	1. start let bane.		
	Efter løbet er der som altid mulighed for havbad og et slag rundbold. Husk madpakken.			
Væske:	Forefindes kun ved mål.			
Postmarkering:	Der benyttes postspyd. Eksempel er opsat ved start.			
Målprocedure:	Efter målgang afleveres kontrolkort. Løbskortet kan beholdes.			
Resultater:	Ophænges ikke, men kan ses på OK Sorø's hjemmeside fra onsdag d. 15.06.			
Præmier:	Til bedste herre og dame på hver af de 3 baner.			
Startafgift:	Kr. 25,-. Enten på giro 0541 0127988/OK Sorø eller kontant på dagen.			
Tilmelding:	Gerne klubvis og senest mandag d. 06.06 kl.18 til Claus. Løbere fra OKR kan benytte tilmeldingssiden: http://www.okr.dk/almind/php-ting/tilmelding_database.php Det vil dog være muligt at tilmelde sig på dagen i begrænset omfang. Pris kr. 50,-.			
Banelægger Stævneleder & Overdommer	Claus Mikkelsen Færøvej 16, 2 th 4200 Slagelse Tlf. 58523078 E-mail: c.mikkelsen@post11.tele.dk			