

INDBYDELSE

DIVISIONSMATCH 3. - 6. DIVISION

AVNSTRUP

SØNDAG D. 9. MAJ 2021

Stævne og klassifikation

Stævnet er første runde af Divisionsturneringen 2021, der tilbydes baner i alle sværhedsgrader.

Grundet den særlige situation som CORONA har skabt, planlægges stævnet fortsat gennemført med flere afvigelser fra Reglement 2020.

Læs derfor teksten i de gule firkanter grundigt og påmind dine klubkammerater om de særlige bestemmelser!

Respekter alle anvisninger fra stævneofficials, vis hensyn, hold afstand og benyt de opstillede håndspritstationer. Gå direkte til start efter ankomst og tag hjem umiddelbart efter målgang. Se resultatet på nettet.

Vi ved at det sociale samvær før og efter løbet er en vigtig del af en divisionsmatch, men det bliver formentlig ikke denne gang...

Følgende klubber deltager i **divisionsmatchen**:

3. Division: Herlufsholm OK Holbæk OK Køge OK OK Sorø	4. Division: Amager OK FSK Orientering Helsingør SOK OK Skærmen Værløse
5. Division: Kildeholm OK Lyngby OK OK73 PI-København	6. Division: DSR/Fredensborg/Vinderød Hvalsø OK O-63/Maribo OK S.G.

Forsamlingsforbud (pr. 22-03-2021)

Myndighedernes grænse for store arrangementer fortolkes således at det samlede antal deltagere i dagens løb ikke må være over 500 løbere.

På stævnepladsen gælder ifølge DIF "politireglen": Der må ikke kunne observeres flere end 50 personer samtidigt, der deltager i arrangementet.

Løbsområde og terrænbeskrivelse

Bidstrup Skovene (Avnstrup Skov, Hejede Overdrev og Helvigstrup Skov). Kuperet overvejende let gennemløbelig midtsjællandsk løv- og nåleskov, med en del åer, grøfter, stier og veje. Visse steder er der kraftig, svært gennemløbelig undervegetation. Vis hensyn til naturen – stævnet ligger sent i foråret og skovens dyr har unger!

En del af løbsområdet overlapper med løbsområdet til DM Nat i november 2021. Stævne- og reglementsudvalget har dispenseret fra skovlukningen, således at deltagere i divisionsmatchen kan starte i DM Nat.



Mødested

Stævnepladsens adresse er Avnstrupvej 7, 4330 Hvalsø, GPS: N55.55634, E11.89633
Følg skilte og stævnepersonalets anvisninger for parkering.

Kort

Farveprint, revideret 2021, ækvidistance 2,5 m. 1:10.000 og 1:7:500 Løbere fra og med H/D 60 løber på 1:7.500, alle andre på 1:10.000. Kortene printes på vandfast papir alle baner er på A4 – kortvendt i enkelte klasser.

Klasser

Jf. DOF Reglement 2019, afsnit 5.2:

Klasse	Sværhedsgrad	Vindertid	Længde
Begynder	Grøn – begynder	15-20 min	2,5-3,5 km
D10	Grøn – begynder	15-20 min	2,5-3,5 km
D12	Hvid – let	20-30 min	3,0-4,0 km
D12B	Grøn – begynder	15-20 min	2,5-3,5 km
D14	Gul – mellemsvær	35-45 min	3,0-4,0 km
D14B	Hvid – let	20-30 min	3,0-4,0 km
D16	Sort – svær	35-45 min	3,5-4,5 km
D18	Sort – svær	40-50 min	5,5-6,5 km
D20	Sort – svær	40-50 min	5,5-6,5 km
D20B	Gul – mellemsvær	35-45 min	3,0-4,0 km
D21	Sort – svær	40-50 min	5,5-6,5 km
D21B	Gul – mellemsvær	35-45 min	3,0-4,0 km
D40	Sort – svær	35-45 min	3,5-4,5 km
D45B	Gul – mellemsvær	35-45 min	3,0-4,0 km
D50	Sort – svær	35-45 min	3,5-4,5 km
D60	Blå – svær	35-45 min	3,5-4,5 km
D70	Blå – svær	35-45 min	2,5-3,5 km
D Let	Hvid – let	20-30 min	3,0-4,0 km
H10	Grøn – begynder	15-20 min	2,5-3,5 km
H12	Hvid – let	20-30 min	3,0-4,0 km
H12B	Grøn – begynder	15-20 min	2,5-3,5 km
H14	Gul – mellemsvær	35-45 min	4,0-5,0 km
H14B	Hvid – let	20-30 min	3,0-4,0 km
H16	Sort – svær	35-45 min	4,0-5,0km
H18	Sort – svær	40-50 min	6,0-7,0 km
H20	Sort – svær	40-50 min	6,0-7,0 km
H20B	Gul – mellemsvær	35-45 min	4,0-5,0 km
H21	Sort – svær	40-50 min	6,0-7,0 km
H21B	Gul – mellemsvær	35-45 min	4,0-5,0 km
H40	Sort – svær	35-45 min	5,5-6,5 km
H45B	Gul – mellemsvær	35-45 min	4,0-5,0 km
H50	Sort – svær	35-45 min	4,0-5,0 km
H60	Sort – svær	35-45 min	4,0-5,0 km
H70	Blå – svær	35-45 min	3,5-4,5 km
H80	Blå – svær	35-45 min	2,5-3,5 km
H Let	Hvid – let	20-30 min	3,0-4,0 km

Der tilbydes ikke åbne baner.

Kontrolsystem og stempling

SPORTident – alle typer brikker, idet SIAC (contactless) dog skal anvendes som almindelige brikker.
Sprit din SI brik af inden start - Hold afstand til andre løbere ved stempling af poster. Lejebrikker udleveres på stævnekontoret.

Start

Se "Bookning af startinterval" nedenfor - Deltagerne booker starttid mellem klokken 09:00 og 14:00

Hver bane har sin egen startbås og alle løbere starter med put & run – der kaldes ikke frem til start.

Begyndere, D/H10 og D/H12B tager kortet inden start alle andre klasser tager kortet efter start. Alle baner anvender startstempling, idet SI-brikken skal desinficeres inden start. "For sent startende" findes ikke, idet alle får godskrevet deres reelle løbstid.

Skygning

Skygning er tilladt i klasser med sværhedsgraden grøn/begynder og hvid/let (Reglement 2.6). En deltager, der har fungeret som skygge, må ikke efterfølgende starte på samme bane.

Målgang og aflæsning

Mål vil have flere opløbsbaner, vælg en ledig bane. Aflæsning af din brik på stævnepladsen. Der er ingen stræktider, men stræktiderne findes på nettet efter løbet.

Afstande

Parkering - efter instruks fra P-vagt - 0-500 meter fra Stævnekontoret. Stævnekontor til start 200 meter. Mål til stævnepladsen 200 meter.

Service

Der er ingen stævneplads! Ingen kiosk, ingen startlister, ingen resultatformidling. Ingen væske ved målgang.

Stævnekontoret er åbent kl 08:30 – 16:00. Toiletter, førstehjælp, samt opbevaring af tasker og overtøj findes i tilknytning til stævnekontoret. Opbevaring af bilnøgler kan ske i særlig bakke på stævnekontoret. Ophold skal være kortvarigt, med afstand og uden brug af klubtelte.

Den afmærkede rute til start og den afmærkede rute fra mål skal følges, således at løbere på vej fra mål ikke møder løbere på vej til start.

Gå fortrinsvis direkte til start og gå direkte hjem efter målgang og aflæsning!

Resultater og startlister formidles alene på liveresultat.orientering.se, WinSplits Online og O-resultat.dk.

Løberministeriet og LØBEREN sælger løbe- og orienteringsudstyr i området ved stævnekontoret – CORONA-regler for detailhandelen gælder. Bestil eventuelt på forhånd på www.loberministeriet.dk eller www.loberen.dk



Hjertestarter på stævnepladsen.

Tilmelding og betaling

Ordinær tilmelding foretages på www.o-service.dk senest fredag d. 30. april 2021, kl 23:59. Eftertilmelding foretages på www.o-service.dk senest tirsdag d. 4. maj 2020, kl 18:00.

Der sælges ikke baner på dagen.

Alle løbere skal booke et startinterval inden løbet

Alle løbere skal booke et startinterval [her](#) – Hvert startinterval har plads til 35 startende. Det bookedede startinterval administreres fleksibelt og venligt, men skal overholdes!

Afbud i tilfælde af sygdom

Afbud i tilfælde af sygdom kan ske med refusion af startafgiften, senest Søndag d. 9. maj kl. 08:00 via SMS på 31 19 32 41 til stævnelederen.

Pris for alle baner ved ordinær tilmelding i o-service:

D/H-20 45 kr

D/H21- 90 kr

Pris for alle baner ved eftertilmelding i o-service:

D/H-20 60 kr

D/H21- 110 kr

Lejebrikker koster 15 kr der betales sammen med løbsafgiften. Lejebrikker afhentes på stævnekontoret.

Konto for klubindbetalinger: Se www.o-service.dk Betaling skal først foretages efter stævnet.

Stævneorganisation

Stævneleder: Michael Leth Jess, OK Roskilde, 31 19 32 41, michael.leth.jess@gmail.com

Banelæggere: Morten Jensen og Martin Vaabengaard, OK Roskilde

Korttegner: Asger Jensen, OK Roskilde

Stævnekontrollant (2020): Niels Aabye, Ballerup OK, Banekontrollant (2020): Erik Sørensen, Allerød OK

Jury: Formand er stævnekontrollanten - Jurydeltagere fra de deltagende klubber vælges når tilmeldingerne foreligger.

NONAME



Til dig, der træner udendørs

Ny coronavirus spreder sig typisk på steder med mange mennesker bl.a. via håndtryk og små dråber fra hoste og nys.
Beskyt dig selv og andre med disse gode råd.



Bliv hjemme hvis du har symptomer på luftvejsinfektioner



Hold afstand og undgå kontaktsport. Overvej om du kan lave andre øvelser i stedet



Undgå at dele mad med andre



Hav god håndhygiejne – vask hænder når du møder op, og inden du går hjem



Brug dine egne redskaber og remedier – rengør dem ofte og del ikke med andre, heller ikke drikkedunke