

# Instruktion til VTR - løb den 11. feb. 2024 i Vemmetofte Vesterskov

Mødested: [Vivedevej 4, 4640 Faxe](#)

← Placering af afmærknings skærme

"Kringlede" veje, så husk GPS.)

Parkering: På gårdsplads ved mødestedet.

Parkeringsguidernes anvisninger skal efterkommes.

**Toilet:** Forefindes ved parkeringspladsen.

**Afstande:** Parkering -> Stævneplads ca. 300 m

**Stævneplads til start:** ca. 300 m.

**Mål til stævneplads:** ca. 50 m.



**Kort:** Vemmetofte Vesterskov Nytegnet ultimo 2023 af Gunnar Grue-Sørensen, Ækv. 2,5 m. ISOM 2017-2 norm.

**Postdefinition:** IOF symboler. Trykt på kortet for alle baner.

**Løse postdefinitioner** ved startområdet. Husk holder dertil.

**Terræn:** Typisk østsjællandsk blandingskov med mange grøfter, svag kuperet og få kurvedetaljer.

Enkelte grøfter er meget brede og dybe, men der findes brugbare spange.

Nogle større køreveje krydser gennem terrænet. Mellem disse veje findes kun få tydelige stier, men en del mere eller mindre tydelige "spor". Skoven er forholdsvis åben, men gennemløbeligheden er vekslende.

Baner	Længde / meter	Antal poster	Målestok
Grøn (begynder)	2250	7	1:10000
Hvid (let)	3640	11	1:10000
Gul (mellemsvær)	4370	12	1:10000
Blå, mini (svær) o/u 60	3300	9	1:7500
Sort, kort (svær) o/u 60	4460	13	1:7500
Sort, mellem (svær)	6490	20	1:10000
Sort, lang (svær)	8680	21	1:10000



**Startafgift:** Kr. 15,- for børn u. 16 år. Øvrige kr. 30,-. Kontant på dagen. Gerne MobilePay, hvis der er mobilforbindelse!

**Kontrolenheder:** Der løbes med Sportident. Husk brik. (leje af brik: kr. 10,-)

**Indskrivning fra kl. 09:45**

**1. start: Kl. 10.00.** Kort udleveres i startøjeblikket. Dog får løbere på grøn og hvid bane udleveret kortet 1 minut før start. Der startes som "put and run". Starten vil være bemanded.

Postindsamling påbegyndes kl. 12:30

**Væske:** Forefindes i vanddunk ved mål. **Medbring egen flaske/krus.**

**Postmarkering:** Der benyttes SportIdent på spyd med skærm.

**Målprocedure:** Efter målgang aflæses brik.

**Resultater:** Offentliggøres løbende på stævneplads og på [www.koegeok.dk](http://www.koegeok.dk) på løbsdagen.

**O-Track:** Løbet lægges på O-Track, hvor det offentliggøres kl. 11:30.



**Banelægger:** Niels Torm

**Bane- og post kontrol:** Poul Koziara og Per Steen

**IT beregning:** Malene Løkke

**Stævneansvarlig:** Niels Torm, Mobil 5355 1945

**Stævnetelefon / Nødtelefon:** 5355 1945

