

PINSELØB 2026

Orienteringsklubben Roskilde inviterer til orienteringsløb
for hele familien

2. pinsedag – mandag den 25. maj i Eskebjerg Vesterlyng

- Mødested:** Parkering og stævneplads for enden af sidevej til Lyngvej, 4593 Eskebjerg. Sidevejen er første vej til venstre, når man kører ad Lyngvej ind i området fra Eskebjerg By. Denne sidevej er markeret med en postskærm.
Link til stævneplads: [Her](#)
- Program:** 09:30 stævnekontoret åbner for salg
10:00 seneste mødetid
10:05 afgang til start
10:10 instruktion
10:15 samlet start, pointløb
10:20 individuel start, let bane
- Terræn:** Overvejende åbent hedelandskab og partier med klitter med god gennemløbelighed og oversigt. Dette krydres så med tætte enebærkrat med svær gennemløbelighed og ingen oversigt. Mange detaljer, men få veje og stier.
- Kort:** Der løbes på et orienteringskort fra 2014 med diverse rettelser gennem årene. Målestok 1:7500 på A3-papir i plastlomme.
- Baner:** Der kan vælges mellem tre baner, der i alle tilfælde opdeles i herrer og damer.
- Bane 1 - pointløb, lang:**
Maksimumtid: 60 minutter.
- Bane 2 - pointløb, kort:**
Maksimumtid: 45 minutter.
- Bane 3 - klassisk o-løb, let:**
Banelængde: ca 3,0 km med ti poster
- Pointløb:** Reglerne forklares umiddelbart før start.
Det er tilladt at løbe to eller flere sammen – f.eks. en familie.
Løbskortet indeholder - udover start og mål - et antal poster spredt over hele kortet. Hver post har en pointværdi, som er vist på postdefinitionen.
Ved pointlighed gælder hurtigste løbstid.
Overskrides maksimumtiden tildeles strafpoint.
Der er ”lette” poster og ”svære” poster, så der er noget for alle.

- Let bane:** En traditionel orienteringsbane på ca 3 km.
Banen er tiltænkt de knap så erfarne orienteringsløbere.
Der er individuel start. Det er tilladt at løbe to eller flere sammen.
- Poster:** Alle poster er markeret med stor skærm og SI-enhed på stativ.
- Tidtagning:** Elektronisk tidtagning med Sport Ident (touch free). SI-briknummer oplyses ved tilmelding. Løbere uden SI-brik kan leje for kr 10.
Husk at medbringe et ur under konkurrencen, så du ikke overskrider den fastsatte tid.
- Tilmelding:** Via tilmeldingsblanket på OK Roskildes [hjemmeside](#)
Tilmeldingen åbner 30. april og er åben frem til torsdag den 21. maj kl 24:00.
- Pris:** Startafgift på kr 40 (uanset alder).
Beløbet er inkl. afgift til grundejerne på kr 10 pr deltager.
Startafgiften betales samtidig med tilmeldingen.
MobilePay: 332384.
OK Roskilde-konto: 5396 0251076.
- Eftertilmelding:** Der vil være et mindre antal kort, som kan købes på dagen.
Pris kr 55, som afregnes på stævnepladsen med MobilePay: 332384.
- Præmier:** Som minimum til vinderne i hver klasse.
- I øvrigt:** Der er ikke løse postdefinitioner.
Medbring selv væske. Nødforsyning forefindes ved mål.
Hjertestarter ved mål.
- Stævneteam:** Runa Ulsøe, Mogens Hald Kristensen og Morten Jensen,
OK Roskilde.

Man kan deltage i dette stævne på traditionel vis – komme til starten, gennemføre løbet og nå hjem til en god pinsefrokost. Men man kan også vælge at nyde det pragtfulde område noget mere. Efter løbet kan et havbad anbefales. Indtagelse af en god frokost, siddende på et tæppe i læ mellem enebærbuskene, er også en nydelse. For børn og barnelige sjæle er der god plads til boldspil og leg.

Vel mødt til hele familien 2. pinsedag.

