

Instruktion til NJ Lang 17. maj 2019 i Bøgsted Rende Plantage

- Klassifikation:** Stævnet er et ** C-løb, der er åbent for alle klubber under DOF, dog kan kun løbere, der stiller op for en nordjysk klub indenfor NOU-området blive nordjysk mester.
- Løbsområde:** Bøgsted Rende Plantage
- Kørevejledning:** Der er afmærkning fra Kystvejen (vej 181), hvor Tvorupvej støder op til Kystvejen.
GPS koordinater: 56.978012 N 8.42926 Ø
- Parkering:** I umiddelbar nærhed af stævnepladsen.
- Stævneplads:** Åbent område beliggende i umiddelbar nærhed af den rende, som har givet navn til området.
- Stævnekontor:** Stævnekontor findes på stævneplads i målteltet – åbent fra kl. 9.00.
Dommeren kan træffes ved henvendelse til stævnekontoret
- Afstande:** Parkering - stævneplads 100 – 300 m
Stævneplads - start: ca. 350 m, rød/hvid snitzling
Stævneplads – toilet, gul/blå snitzling
Mål er på stævnepladsen

Klasser:

Bane	Banelængde	Poster	Klasser
Bane 1 Svær	16,8 km	37	H21
Bane 2 Svær	11,7 km	27	H40
Bane 3 Svær	9,2 km	25	H50, H 15-20, D21, Fri 1
Bane 4 Svær	6,8 km	20	H60, D40

Bane 5 Svær	5,4 km	15	D50, D15-20
Bane 6 Svær	5,0 km	14	H70, D60, Fri 2
Bane 7 Svær	3,6 km	14	H80, D70
Bane 8 Mellemsvær	4,7 km	16	H -14, D -14, Fri 3
Bane 9 Let	2,9 km	13	Fri 4

Bane 1, 2, 3: Målestoks forhold 1:10000.

Bane 4, 5, 6, 7, 8, 9: Målestoks forhold 1:7500.

- Åbne baner:** De fire FRI-klasser sælges på dagen som åbne baner.
Sælges fra stævnekontoret fra kl. 9.30 til 10.30, så længe lager haves.
Pris alm. startafgift + kr. 15,- + evt. leje af brik
- Væske:** Der forefindes vand og saft ved mål.
Alle baner fra 1 – 8 har mindst en væskepost
Væskeposterne er angivet på postbeskrivelsen.
- Kontrolsystem:** EMIT. Kontrolnummeret er placeret lodret på poststativet
Løbere med egen brik medbringer den til start
Backup-kort samt lejet brik udleveres ved start
0-stiller til kontrol af Emitbrik er placeret ved stævnekontoret. Har du glemmt din brik eller er den defekt, kan du leje en brik på stævnekontoret.
Leje af brik koster kr. 15,-
- Kortet:** Bøgsted Rende, revideret 2018 efter laserkurver fra Mapmagic, rettelser april 2019.
Målestok 1:10000 & 1:7500 Ækvidistance 2,5
Der anvendes printede, rivfaste kort.
- Postbeskrivelser:** IOF-symboler. Postbeskrivelserne er printet på løbskortet.
Der er løse postbeskrivelser ved start til løbere der medbringer egen holder til postbeskrivelser.

Terrænbeskrivelse: Størstedelen af Bøgsted Rende består af åbne områder med mange store og små klitter. Der er et meget sparsomt stisystem. I den østlige del af kortet er der en del tæt fyrtræsplantage med enkelte stier. På grund af "de høje knæløftninger" i klitterne er banelængderne i de enkelte klasser holdt i den lave ende.

Start: Første start kl. 10:00 med 2 min. startinterval på de enkelte baner. Startlister er ophængt på stævneplads, ved start og kan ses på løbets hjemmeside via www.nordvestok.dk

Startprocedure: Gælder bane 1 – 8

Startboks 1 (4 min til start):

- Når uret ved start viser din starttid, går du ind i 1. startboks
- Her får du udleveret back-up-kort og evt. lejet brik.
- Løberen monterer selv back-up-kort på sin brik.

2. startboks (3 min til start):

- Her er der mulighed for løse postbeskrivelser til løbere med egen holder til postbeskrivelser. Selvbetjening – eget ansvar for korrekt bane.

3. startboks (2 min til start):

- Her kontrolleres løberens starttid.

4. startboks (1 min til start):

- Løberen går frem til den kortkasse, hvorpå løberens klasse er markeret og tager sit kort, placerer sig ved nærmeste, ledige EMIT-startenhed og med kortsiden nedad.
- Ved første bip 5 sek. før start lægges EMIT-brikken i startenheden, den løftes på det lange bip, og herefter er man startet.

Løberen kan blive diskvalificeret, hvis ovenstående procedure ikke følges.

Løberen er selv ansvarlig for at tage korrekt kort. Har du alligevel taget et forkert kort eller mere end et, så henvend dig til startpersonalet. Læg ikke selv kort tilbage i kortkassen.

For sent startende henvender sig til startpersonalet.

Bane 9 (Fri 4):

Har fri start mellem kl. 10 og 11.00

Her udleveres kortet 2 min. før start i 3. startboks

Mål: Alle løbere – også udgåede skal passere mål.
Lejede brikker afleveres.
Max tid 4 timer på alle baner.

Overtrækstøj: Ingen transport af overtrækstøj fra start

Services: Naturstyrelsens toilet i nærheden af stævnepladsen kan benyttes.
Bemærk intet toilet ved start.
Der er ikke mulighed for bad

Kiosk: Da vores normale kiosk personale er optaget andet sted på dagen, er udvalget begrænset:
- hjemmebagte kager
- chokolade, slik m.m.
- kaffe, the, øl og vand

Børnebane: Gratis sprintbane tilbydes
Start fra kl. 10.00
Der vil være en lille præmie til alle børn der gennemfører sprintbanen

Børneparkering: Der tilbydes ikke børneparkering

Præmier: Præmier til alle nordjyske mestre i seniorklasserne.
Præmier til 3 bedst placerede fra nordjyske klubber i hver af ungdomsklasserne.
Nordjysk mester skal stille op for en klub indenfor NOU-området.

Resultater:

Ophænges løbende på stævnepladsen.

Offentliggøres på løbets hjemmeside via www.nordvestok.dk og på www.o-result.dk hurtigst muligt efter løbet.

Stævneledelse:

Stævneleder: Lone Marianne Jensen, Nordvest OK

Mobil: 6130 1713, Mail: lone.bernth@outlook.com

Banelægger: Hermann Jensen, Nordvest OK

Stævnekontrol: Kristian Edsen, Nordvest OK

Banekontrol: Ole Bernth Jensen, Nordvest OK

Dommer: Kjeld Arildsen, OK Vendelboerne

Korttegner: Henning Olesen, Nordvest OK