




	Instruktion til divisionsmatch for klubber i Østkredsens 3., 4., 5., og 6. division, samt åbne baner søndag den 30. april 2023 i Valboup Skov.			
Arrangør	OK Sorø			
Deltagende klubber	3. division Amager OK Herlufsholm OK OK Roskilde OK Øst	4. division Helsingør SOK FSK Orientering Køge OK OK 73	5. division Lyngby OK Kildeholm OK OK Skærmen Værløse PI-København	6. division O-63/Maribo DSR/Fr.borg/Vinderød OK S.G. Hvalsø OK
	Bemærk: Ved en fejl fremgik det af indbydelsen at Hvalsø deltog i 5. division. Dette er nu rettet til 6. division.			
Klassifikation				
Løbsområde	Valborup, Helvigstrup og Ravnsholte Skove			
Løbskort	<p>Valborup Skov, 1:7.500 for H/D 50+. Øvrige grupper 1:10.000, tegnet af Asger Jensen OKR og Flemming Hjort Hvalsø OK, senest revideret vinteren 2023, ækvidistance 2,5 m.</p> <p>Kortet vil være printet i god kvalitet og i plastlommer.</p> <p>Signaturer efter kortnorm: ISOM 2017-2 med specialsignatur</p> <p>✖ Trærod (min 2 m)</p> <p>I visse områder der en del gamle rodkager, som nu er mindre punkthøje. Kun punkthøje over ca. 1 m er medtaget.</p> <p>Postbeskrivelser er trykt på kortet. Derudover løse postbeskrivelser.</p>			
Stævneplads	Græsplæne ved Lerbjergcentret, Lerbjergvej 25, 4330 Hvalsø.			
Parkering og mødested	<p>Markareal ved Lerbjergvej 16, 4330 Hvalsø.</p> <p>WGS84 decimal (lat, lon), 55.563877, 11.863797</p> <p>Parkering vil koste 30 kr. pr bil. Mobilpay 88243, alternativt kontant til parkeringspersonalet. Såfremt vejret er vådt, vil der være kantparkering langs Lerbjergvej. Vi opfordrer under alle omstændigheder til samkørsel.</p>			
Afstande	<p>Parkering - Stævneplads: 100-800 m, markeret med gul/sort</p> <p>Stævneplads - Start: 5-600 m, markeret med rød/hvid</p> <p>Mål på stævneplads</p>			



Oversigtskort overstævneområdet.  
 Mål er ved stævnepladsen (SC)

Opvarmning kan foregå på Lerbjergvej mellem parkering (P) og start (trekanten).

Terrænbeskrivelse

Kuperet typisk sjællandsk blandingskov med varierende gennemløbelighed, især bøgeskov, nogle bevoksninger med nåletræer. Enkelte steder bærer skoven præg af at den er urørt, med kvas og stormfald.

Baner og klasser	<p>Jævnfør reglementet tilbydes nedenstående baner</p> <table border="1" data-bbox="435 398 1425 985"> <thead> <tr> <th>Bane/Sværhedsgrad</th> <th>Klasser</th> <th>Længde</th> <th>Antal poster</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1 - Sort - Svær</td> <td>H18, H20, H21</td> <td>7,1</td> <td>18</td> </tr> <tr> <td>2 - Sort - Svær</td> <td>D18, D20, D21, H40</td> <td>6,2</td> <td>19</td> </tr> <tr> <td>3 - Sort - Svær</td> <td>D40, H16, H50</td> <td>5,6</td> <td>16</td> </tr> <tr> <td>4 - Sort - Svær</td> <td>D16, D50, H60</td> <td>4,8</td> <td>14</td> </tr> <tr> <td>5 - Blå - Svær</td> <td>D60, H70</td> <td>3,5</td> <td>13</td> </tr> <tr> <td>6 - Gul - Mellemsvær</td> <td>H14, H20B, H21B, H45B</td> <td>4,7</td> <td>12</td> </tr> <tr> <td>7 - Hvid - Let</td> <td>D-Let, D12, D14B, H-Let, H12, H14B</td> <td>3,0</td> <td>11</td> </tr> <tr> <td>8 - Blå - Svær</td> <td>D70, H80</td> <td>3,0</td> <td>12</td> </tr> <tr> <td>9 - Gul - Mellemsvær</td> <td>D14, D20B, D21B, D45B</td> <td>3,7</td> <td>11</td> </tr> <tr> <td>10 - Grøn - Begynder</td> <td>Begynder, D10, D12B, H10, H12B</td> <td>2,6</td> <td>12</td> </tr> </tbody> </table> <p>På bane 7 og 10 benyttes fri start.</p> <p>Skygning og starthjælp på grønne og hvide baner jf. reglementets §§ 2.6 og 2.7</p> <p>Der er ikke væske på banerne.</p>	Bane/Sværhedsgrad	Klasser	Længde	Antal poster	1 - Sort - Svær	H18, H20, H21	7,1	18	2 - Sort - Svær	D18, D20, D21, H40	6,2	19	3 - Sort - Svær	D40, H16, H50	5,6	16	4 - Sort - Svær	D16, D50, H60	4,8	14	5 - Blå - Svær	D60, H70	3,5	13	6 - Gul - Mellemsvær	H14, H20B, H21B, H45B	4,7	12	7 - Hvid - Let	D-Let, D12, D14B, H-Let, H12, H14B	3,0	11	8 - Blå - Svær	D70, H80	3,0	12	9 - Gul - Mellemsvær	D14, D20B, D21B, D45B	3,7	11	10 - Grøn - Begynder	Begynder, D10, D12B, H10, H12B	2,6	12
Bane/Sværhedsgrad	Klasser	Længde	Antal poster																																										
1 - Sort - Svær	H18, H20, H21	7,1	18																																										
2 - Sort - Svær	D18, D20, D21, H40	6,2	19																																										
3 - Sort - Svær	D40, H16, H50	5,6	16																																										
4 - Sort - Svær	D16, D50, H60	4,8	14																																										
5 - Blå - Svær	D60, H70	3,5	13																																										
6 - Gul - Mellemsvær	H14, H20B, H21B, H45B	4,7	12																																										
7 - Hvid - Let	D-Let, D12, D14B, H-Let, H12, H14B	3,0	11																																										
8 - Blå - Svær	D70, H80	3,0	12																																										
9 - Gul - Mellemsvær	D14, D20B, D21B, D45B	3,7	11																																										
10 - Grøn - Begynder	Begynder, D10, D12B, H10, H12B	2,6	12																																										
Åbne baner	<p>Der tilbydes 7 åbne baner med sværhedsgrader og banelængder som vist nedenfor.</p> <p>Startafgift er som for stævnets øvrige baner/klasser.</p> <p>Tilmelding på forhånd via o-service eller på dagen mod forhøjet startafgift så længe lager af kort haves.</p> <table border="1" data-bbox="435 1415 1246 1713"> <thead> <tr> <th>Klasse</th> <th>Sværhedsgrad</th> <th>Banelængde</th> <th>Antal poster</th> <th>Målestok</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Åben 0</td> <td></td> <td>9,0</td> <td>25</td> <td>1:10.000</td> </tr> <tr> <td>Åben 1</td> <td></td> <td>6,6</td> <td>20</td> <td>1:10.000</td> </tr> <tr> <td>Åben 2</td> <td></td> <td>4,6</td> <td>17</td> <td>1:7.500</td> </tr> <tr> <td>Åben 3</td> <td></td> <td>3,6</td> <td>12</td> <td>1:7.500</td> </tr> <tr> <td>Åben 4</td> <td></td> <td>3,8</td> <td>13</td> <td>1:10.000</td> </tr> <tr> <td>Åben 5</td> <td></td> <td>3,0</td> <td>11</td> <td>1:10.000</td> </tr> <tr> <td>Åben 6</td> <td></td> <td>2,6</td> <td>12</td> <td>1:10.000</td> </tr> </tbody> </table>	Klasse	Sværhedsgrad	Banelængde	Antal poster	Målestok	Åben 0		9,0	25	1:10.000	Åben 1		6,6	20	1:10.000	Åben 2		4,6	17	1:7.500	Åben 3		3,6	12	1:7.500	Åben 4		3,8	13	1:10.000	Åben 5		3,0	11	1:10.000	Åben 6		2,6	12	1:10.000				
Klasse	Sværhedsgrad	Banelængde	Antal poster	Målestok																																									
Åben 0		9,0	25	1:10.000																																									
Åben 1		6,6	20	1:10.000																																									
Åben 2		4,6	17	1:7.500																																									
Åben 3		3,6	12	1:7.500																																									
Åben 4		3,8	13	1:10.000																																									
Åben 5		3,0	11	1:10.000																																									
Åben 6		2,6	12	1:10.000																																									
Start	<p>3. Division: ca. kl. 10:00 - kl. 11:00          6. Division: ca. kl. 11:15 - kl. 11:45          5. Division: ca. kl. 12:00 - kl. 12:45          4. Division: ca. kl. 13:00 - kl. 14:00</p>																																												

	<p>Startprocedure: Individuel start</p> <p>Der er fremkald 4 minutter før start.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 4 min før start - løbere går i boks 1, bliver registreret og får udleveret evt. lejebrik.</li> <li>2. 3 min før start – løbere går i boks 2. Her er opsat løse postdefinitioner.</li> <li>3. 2 min før start – løbere går i boks 3. Løbere på bane 7 og 10 får udleveret løbskortet, og må modtage starthjælp.</li> <li>4. 1 min før start – løbere går i boks 4. Løbere på bane 7 og 10 må fortsat modtage starthjælp. Alle øvrige løbere går frem til kortkasse for deres egen klasse. Et kort tages op, og tjekkes for, om det er korrekt klasse, og foldes sammen. Ved sidste lange bip i nedtællingen må kortet foldes ud.</li> </ol> <p>For sent startende løbere henvender sig til startpersonalet for registrering og evt. udlevering af brik, og følger herefter startpersonalets anvisning.</p> <p>Løbere på bane 7 og 10 har fri start indenfor det tidsrum øvrige løbere i deres division starter</p> <p>Åbne baner: Fri start (put&amp;run) mellem kl. 10.00 og 13.30</p>
Mål	<p>Ved målpassage stemples i mål-enheden, hvorefter der fortsættes til aflæsning af brikken og udlevering af stræktider.</p> <p>Lejede brikker afleveres.</p> <p>Løbskortet beholdes, men må selvfølgelig ikke vises til senere startende løbere.</p> <p>Alle løbere – også udgåede skal passere mål.</p>
Maxtid	2½ time fra eget starttidspunkt.
Resultater	<p>Vises løbende på stævnepladsen. Offentliggøres på løbets hjemmeside på <a href="https://www.oksorø.dk/divisionsmatch2023">https://www.oksorø.dk/divisionsmatch2023</a></p>
Tidtagning	<p>SportIdent. Løbere, der ikke er tilmeldt med egen brik bliver automatisk tildelt en lejebrik.</p> <p>Poster er i skoven markeret med orange/hvid skærm 30x30cm. Stativ med SI-enhed monteret på toppen. Postens kodetal står på SI-enheden samt med sort på hvid baggrund og er monteret lodret.</p>
Startafgifter	<p>Åbne baner kan købes på dagen for</p> <p>D/H 21-: 120 kr.</p> <p>D/H -20: 80 kr.</p> <p>Lejebrik: 20 kr.</p>
Bad, omklædning og toilet.	<p>Der vil være toiletvogne ved parkering og ved start.</p> <p>Der er ikke mulighed for bad.</p> <p>Omklædning ved egne klubtelte.</p>



Kiosk og butikker	<p>Velassorteret kiosk med blandt andet grillpølser, sandwich, vand, kage og kaffe. For at spare på emballage bedes eget termokrus medbringes. Der kan anvendes mobilpay 88243. Telefondækningen kan være dårlig, så medbring kontanter i det tilfælde.</p> <p>Derudover er Løberministeriet tilstede med en butik og Mogens Jørgensen med SI-service.</p>
Præmier og overtrækstøj	Ingen præmier eller transport af overtrækstøj.
Navne- /brikændring	<p>Ifølge Fod-O Reglement 7.3.1, 2023: En tilmeldt deltager kan indtil 24 timer før første start i den pågældende divisionsmatch i den samme klasse, erstattes af en anden ikke i stævnet tilmeldt deltager, forudsat at den anden deltager opfylder betingelserne for at starte i den pågældende klasse. Navneændringer sendes pr mail til stævneleder. Brikændring kan foretages pr mail til stævnelederen, eller på løbsdagen i stævnekontoret fra kl. 9.</p>
Klage og protestadgang	<p>Evt. klage indgives mundtligt eller skriftligt til stævneleder Janus Høhne. En klage skal indgives så tidligt som muligt og senest ved stævnets afslutning. Herved forstås 30 minutter efter sidste målgang, eller 30 minutter efter udløbet af maksimumtid for den sidst startende i konkurrencen. Protest mod en resultatliste kan dog indgives, senest 7 dage efter den endelige resultatliste er offentliggjort på stævnets hjemmeside.</p>
Stævneorganisation	<p>Stævneleder: Janus Høhne, OK Sorø, Mosevange 8, 4171 Glumsø, 23374418, janus@storland.dk Stævnekontrol: Søren Madsen, OK Sorø Banelægger: Kristian Kærsgaard Hansen, OK Sorø Banekontrol: Jan Thiesen, Holbæk Orienteringsklub Jury: Inger Jessen, OK Roskilde Lukas Høghøj, Lyngby OK Tage Ebbensgaard, Køge OK</p>