



Instruktion Vinterlangdistance Søndag den 25. januar 2015

Arrangør	Amager Orienteringsklub
Klassifikation	** Tostjernet C-stævne
Stævne	4. afdeling af Østkredsens Vinterlangdistance serie
Stævnecenter	Kalvebodhøj Naturcenter, Kalvebodvej 254, Dragør.
Parkering	P-plads ved Kongelundshallen (55°33'48.9"N 12°34'07.3"E).
Mødetid	Stævnecentret er åbent fra kl. 09:00.
Løbsområde og kort	Sydvestamager 2014, der er sammensat af kortene <ul style="list-style-type: none">• Kongelunden (senest revideret 2013),• Pinseskoven (2014),• Trekanten (2014),• Ugandaskoven (2014) og• enkelte udsnit af GST 4 cm kort

Ækvidistance 2,5 m.

Terrænbeskrivelse	<p><i>Kongelunden</i> er en flad blandingskov med et veludviklet sti- og grøftenet.</p> <p><i>Pinseskoven</i> er en flad, let gennemløbelig løvskov gennemskåret af enkelte markante stier og grøfter, og i øvrigt med en del vådområder.</p> <p><i>Ugandaskoven</i> er en flad løvskov med et veludviklet sti- og grøftenet.</p> <p><i>Trekanten</i> er et lettere kuperet, åbent område med spredt bevoksning og et veludviklet stinet.</p>
--------------------------	---

Baner og kort

Bane	Længde	Poster			Målestok	Format
		I alt	SI-	Væske		
Lang	20,1 km	29	16	2	1:15.000	A3
Mellem	12,6 km	18	11	1	1:15.000	A3
Kort	6,5 km	10	8	ingen	1:10.000	A4
Turist	4,7 km	11	11	ingen	1:10.000	A4

Postbeskrivelser

Er trykt på kortet. Der er ingen løse postbeskrivelser.

Poster med elektronisk kontrol (SportIdent) er i postdefinitionerne i højre kolonne (kolonne H) markeret med symbol 12.4 Kontrol af løberen ("tændstikmand").

Eksempel (post 45 med elektronisk kontrol, post 67 uden):

45						
67	↓					

Kontrolsystem

Dels elektronisk med SportIdent og dels mekanisk med stiftklemme i konventionelt kontrolkort.

Antal poster med SI fremgår af oversigten over baner ovenfor.

Kun poster uden SI-enhed skal klippes mekanisk med stiftklemme.

SI-brik

Alle typer SI-brikker kan bruges.

Lejebrikker udleveres i Stævnecentret inden start.

Der er Clear & Check enheder både ved Stævnecenter og ved Start.

Klipkontrolkort (Obs: gælder ikke Turistbanen)

Kontrolkort med din løberkode påtrykt udleveres i Stævnekontoret inden start. Der er elastikker til rådighed.

Hullerne i det udleverede kontrolkort markerer de poster, der ikke skal klippes, men i stedet har elektronisk kontrol med SI-enhed.

	Ved evt. svigt af SI-enhed klippes mekanisk med postens stiftklemme i reservefelterne (R1, R2, R3) på <u>kontrollkortet</u> .										
SI-svigt på Turistbanen	Der anvendes udelukkende elektronisk kontrol med SI-enhed på Turistbanen. I tilfælde af evt. svigt af SI-enhed, klippes der i stedet mekanisk med postens stiftklemme direkte i <u>kortet</u> .										
Startliste	Startliste med din løberkode er ophængt i stævnecentret og forefindes hos officials ved Start. Din løberkode er trykt på bagsiden af det kort, du skal tage ved start.										
Løberkoder	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Bane</th> <th>Kode</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Lang</td> <td>L 01 – L 99</td> </tr> <tr> <td>Mellem</td> <td>M 01 – M 99</td> </tr> <tr> <td>Kort</td> <td>K 01 – K 99</td> </tr> <tr> <td>Turist</td> <td>T 01 – T 99</td> </tr> </tbody> </table>	Bane	Kode	Lang	L 01 – L 99	Mellem	M 01 – M 99	Kort	K 01 – K 99	Turist	T 01 – T 99
Bane	Kode										
Lang	L 01 – L 99										
Mellem	M 01 – M 99										
Kort	K 01 – K 99										
Turist	T 01 – T 99										
Start Vinterlang baner	Lang, Mellem og Kort bane har samlet start kl. 10.00. Der skal hverken klippes eller stemples ved start. Det samme gælder for sent startende løbere.										
Start Turistbanen	Der er fri starttid for løbere på Turistbanen mellem kl. 10.05 og 10.30 (Put & Run). Der skal stemples i SI-enhed ved Start.										
Overtrækstøj	Ingen transport af overtrækstøj.										
Væske	I mål og på væskeposter (Mellem og Lang bane), i form af varm og kold saft, energidrik og vand.										
Maks. tid	3½ time. Postindsamling starter kl. 14:00.										
Resultater	Vil blive ophængt i stævnecentret samt offentliggjort på løbets hjemmeside snarest efter løbets afslutning.										
Mål	Husk at stemple i SI-enhed ved Mål. Aflæsning af SI-brik og aflevering af kontrollkort sker i Stævnecentret, hvor også evt. lejebrik afleveres. Bortkomne SI-brikker erstattes med 300 kr.										
Afstande	Parkering – Stævnecenter: 200 m Følg sort/gul snitsling Stævnecenter – Start: 150 m Følg rød/hvid snitsling Mål – Stævnecenter: 50 m Inden for synsafstand										
Kiosk	Velassorteret med varme og kolde retter og drikke.										
Omklædning & bad	Omklædning i naturcentret, ingen badefaciliteter.										
Organisation	Stævneleder: Erik Nielsen, Amager OK Stævnekontrollant: Jette Viborg Sørensen, Amager OK Banelægger: Rolf Andersen, Amager OK Banekontrollant: Flemming Sparre, Amager OK										

Vel mødt til et fedt vinterløb på Amager