



Ballerup OK og FSK's bestyrelse indbyder til:

## Forårsløbet torsdag d. 20. juni 2019 i Jonstrup Vang.

Løbsområde/ Løbskort	Jonstrup Vang vest					
Terrænbeskrivelse	Kuperet blandingskov med veludbygget stinet					
Stævneplads	Ballerup Orienteringsløbsklubs klubhus: »Egedal«, Egebjergvej 27, 2750 Ballerup					
Parkering	"Mark" ved Ballerup OK's klubhus, Tilkørsel fra Skovvej, KRAK 125 J-K2. Skærm ophængt.					
Afstande	Afstand fra P-pladser til stævneplads max. 500 m. Mål i umiddelbar nærhed af stævneplads.					
Start Starttider / instruktion	Du bestemmer selv din starttid efter "put and run" princippet mellem 17.30 og 18.30. Vi opfordrer til "sportsmanship". Der anvendes elektronisk tidtagning med SportIdent og O-Track. Se oversigten nedenfor for at finde den bane, der hører til din klasse. (Begynderbane er her bane C – let.)					
Klasser	KLASSE	BANELÆNGDE km	SVÆRHEDS- GRAD	KLASSE	BANELÆNGDE km	SVÆRHEDS- GRAD
	A2: D 21	6,0 – 7,0	Svær	A2: D17-20	6,0 – 7,0	svær
	A3: D 40	4,5 – 5,5	Svær	A3: D15-16	4,5 – 5,5	svær
	A3: D 50	4,5 – 5,5	Svær	B: D13-14	4,0 - 5,0	mellemsvær
	A4: D 60	3,0 - 3,5	Svær	C: D11-12	3,5 - 4,5	let
	A4: D70	3,0 - 3,5	Svær	A2: H17-20	6,0 – 7,0	svær
	B: D B	4,0 - 5,0	mellemsvær	A2: H15-16	6,0 – 7,0	svær
	C: D Let	3,5 - 4,5	Let	B: H13-14	4,0 - 5,0	mellemsvær
	C D Beg	3,0 - 4,0	begynder	C: H11-12	3,5 - 4,5	let
	A2: H 21	6,0 – 7,0	Svær			
	A2: H 40	6,0 – 7,0	Svær			
	A3: H 50	4,5 – 5,5	Svær			
	A3: H 60	4,5 – 5,5	Svær			
	A4: H 70	3,0 - 3,5	Svær			
	A4: H 80	3,0 - 3,5	Svær			
	B: H B	4,0 - 5,0	Mellemsvær			
	C: H Let	3,5 - 4,5	Let			
	C: H Beg	3,0 - 4,0	begynder			
Holdkonkurrencen	Afgøres efter reglerne i FSK-Orienterings Klubløbsreglement.					
Præmier	1 præmie for hver påbegyndt 6 forhåndstilmeldte løbere. I holdkonkurrencen løbes der om vandrepræmien: <b>Te-maskinen</b> , som sidste års vindere bedes medtage. Præmie-uddelingen er når alle forhåndstilmeldte er i mål.					
Tilmelding	Tilmelding via o-service. <b>Senest 15. juni 2019.</b>					
Startafgift	D/H (Juniorer)					kr. 50,00
	Øvrige					kr. 75,00
SPORTident	Leje af brik koster kr. 15,-.					
Opkrævning afgifter:	Startafgifter opkræves på sædvanlig vis gennem FSK Orientering og videre derfra.					
Resultatformidling	Resultater offentliggøres på stævnepladsen og senere på <a href="http://www.ballerup-ok.dk/lob/ballerup-sommer-cup">http://www.ballerup-ok.dk/lob/ballerup-sommer-cup</a>					
Stævneorganisation	Stævneledelse (Ballerup OK):					Liselotte Andersen, 2170 8243 (mobil), peraaes@mail.dk
	Banelægger/kontrol/Hjælpere:					Se arrangementets hjemmeside (Ballerup OK)
Oplysninger	FSK:					Jytte Sørensen mobil 20537762/jyt@post9.tele.dk.