

**Medlem af:**

**DO-F under DIF og**

**FSKBH under Firmaidrætten. under DIF.**

**FSK Orientering**

**Firmaidræt StorKøbenhavn Orientering**

### Instruktion

**Efterårets klubløb d. 24. august 2013 i Ravnsholt Skov**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Stævneplads | I skoven tæt på P-plads, nævnt under parkering | | | |
| Parkering/  Kørselsvejledning | P-plads midt i skoven på Bregnerød Skovvej, samt kantparkering langs den østlige kant af Bregnerød Skovvej. KRAK 95, F1. (KRAK 2013) Skærm ophængt.  Koordinater: N 55º 51,219’ E 12º 21,456’  Du kommer lettest på Bregnerød Skovvej via P-pladsen på Nymøllevej, skærm ophængt. | | | |
| Følgende findes **IKKE**. | Bad, omklædning, toilet, kiosk, børnebane, transport af overtrækstøj og sikkert meget mere. | | | |
| Afstande | Afstand fra P-pladser til stævneplads 100 m, lidt længerere ved brug af kantparkeringen.  Stævneplads til start 250 m. Følg rød/hvid snitzling.  Mål i umiddelbar nærhed af stævneplads. | | | |
| Klasser | |  |  |  | | --- | --- | --- | | KLASSE | BANELÆNGDE  POSTANTAL | SVÆRHEDS- GRAD | | D 21 | 6,3 km / 18 | svær | | D 40 | 5,5 km / 15 | svær | | D 50 | 4,4 km / 12 | svær | | D 60 | 3,3 km / 10 | svær | | D70 | 3,3 km / 10 | svær | | D B | 4,1 km / 12 | mellemsvær | | D Let | 3,4 km / 12 | let | | D Beg | 2,5 km / 10 | begynder | | H 21 | 8,1 km / 22 | svær | | H 40 | 6,3 km / 18 | svær | | H 50 | 5,5 km / 15 | svær | | H 60 | 4,4 km / 12 | svær | | H 70 | 4,4 km / 12 | svær | | H 80 | 3,3 km / 10 | svær | | H B | 5,5 km / 15 | mellemsvær | | H Let | 3,4 km / 12 | let | | H Beg | 2,5 km / 10 | begynder | | |  | |  |  |  | | --- | --- | --- | | Specielle børne- og ungdomsklasser | | | | KLASSE | BANELÆNGDE POSTANTAL | SVÆRHEDS- GRAD | | D17-20 | 6,3 km / 18 | svær | | D15-16 | 5,5 km / 15 | svær | | D13-14 | 4,1 km / 12 | mellemsvær | | D11-12 | 3,4 km / 12 | let | | H17-20 | 8,1 km / 22 | svær | | H15-16 | 6,3 km / 18 | svær | | H13-14 | 5,5 km / 15 | mellemsvær | | H11-12 | 3,4 km / 12 | let | |
| SPORTident | Lejebrikker udleveres ved start. | | | |
| Postbeskrivelser | Påtrykt kortet, løse findes ved start, men må kun benyttes hvis du har en holder til dem. | | | |
| Startprocedure | Fremkald 3 minutter før din starttid. | | | |
| Maxtid. | 2½ time. Udgåede løbere SKAL henvende sig i mål. | | | |
| Præmier | 1 præmie for hver påbegyndt 6 tilmeldte løbere.  Klubben, der vinder holdkonkurrencen, modtager vandrepræmien ” Den Kinesiske Vase”. Klubben giver en øl/vand så vi sammen kan fejre præmietagerne. | | | |
| Holdkonkurrencen | Resultatet bestemmes som summen af opnåede placeringspoint for en  klubs 3 bedste placeringer i alle svære og mellemsvære **normale** klasser.  Holdpoint er summen af placeringspoint (max 3 x 100 point). Ny formulering 2015. | | | |
| Resultatformidling | Resultater offentliggøres på stævnepladsen og senere på  [http://www.fsk-orientering.dk](http://www.fsk-orientering.dk/) | | | |
| Stævnet | Stævneledelse: | | | |
| Stævnet  Oplysninger | Banelægger/kontrol: | XXXX YYYY (ZZZZ) | | |
| Hjælpere: | XXXX YYYY (ZZZZ) / XXXX YYYY (ZZZZ) | | |
| Lise Kolte  Claus Wigen | XXXX YYYY, XXXX YYYY, XXXX YYYY, XXXX YYYY, XXXX YYYY | | |