



Instruktion DM Lang 2018

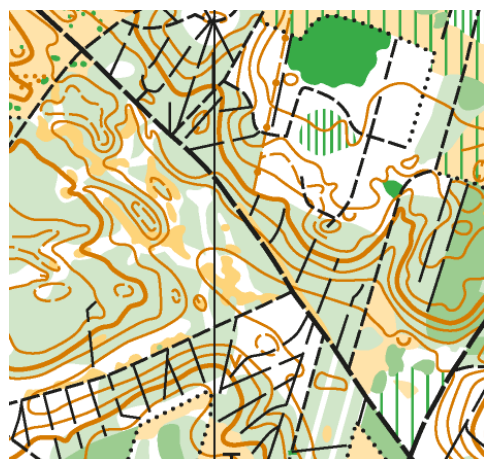
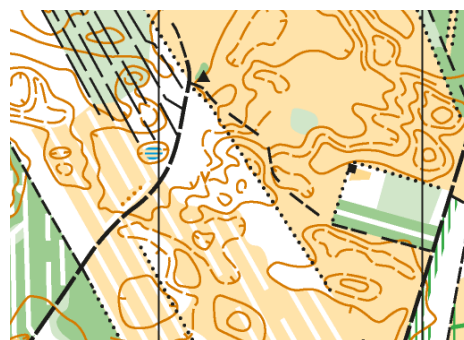
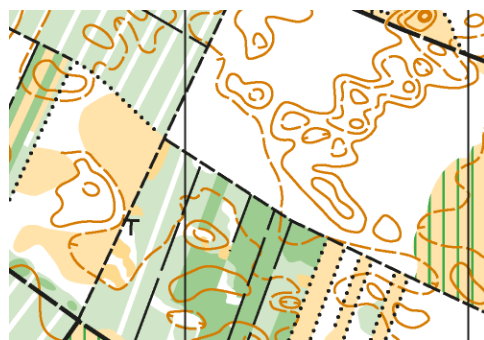


COWI

Søndag den 9. september 2018
Rev. 1 – 7. september 2018

- Revision 1 omfatter:** Der er ændrede baneoplysninger for H16, D40 og Åben 1, Det skal bemærkes, at H16 og D40 kommer til at løbe på målestoksforhold 1:7.500. Ændringer i instruktionen er markeret med rød skrift.
- Mødested** Afmærkning til parkering, stævneplads og stævnecenter på rute 579 ca. 7 km vest for hovedvej 13 (drej af ved Vievej). GPS-koordinat N 56,612; E 9,398. Stævnepladsen er åben fra kl. 9.00.
- Parkering** Parkering på mark hvor der også er stævneplads. Busser henvises til nærliggende gårdsplads.
- Kort** **Ulbjerg Plantage.**
Målestok 1:15.000 (D18, D20 og D21 samt H18, H20 og H21), 1:10.000 og 1:7.500 (D60- og H60- samt H16 og D40). Ækvidistance 2,5 m
Kortet er nytegnet i 2018 på baggrund af den digitale højdemodel (COWI-kurver). Kortet forventes at få DOF's kvalitetsmærke.
Korttegner (rekognoscering og rentegning): Steen Frandsen Viborg OK.
Der benyttes offset-trykte kort i plastposer.
Postbeskrivelser er trykt på kortet, og for baner med kortvend er de relevante beskrivelser på de respektive kortsider
- Terræn** Ulbjerg Plantage - også kaldet C.E. Flensborgs Plantage - er etableret af HedeDanmark under 2. verdenskrig ved opkøb og senere beplantning af et stort antal hedelodder med indlandsklitter, der sammenlagt blev til et areal på 703 ha. I 1953 blev der etableret Skovfrøcentral i plantage med henblik på udvikling og levering af frø til HedeDanmarks egne planteskoler. Skovbrug i ind- og udland høster i dag det fulde udbytte af resultaterne herfra.
Plantagen har en meget varieret beplantning med et stort, kuperet lyngområde i øst og mindre lyngområder inde i plantagen. Der er store områder med bevoksede indlandsklitter i den midterste og vestlige del, hvor der er et detaljeret kurvebillede. Som følge af, at træer er blevet store, er gennemløbeligheden generelt god, mens sigtbarheden er varierende. Eneste undtagelser er områder, hvor storme har lagt de gamle træer ned, og som enten er beplantet med nye nåltræer eller vokset til af brombær, gyvel og lignende sæsonbevoksning, hvor gennemløbelighed er dårlig.
Bortset fra et mindre vandløb i den sydøstlige del, så er skoven uden vådområder, grøfter, moser og lignende, og derfor uden brændenælder.
Selv om det er en plantage så er de store skovveje asymmetriske, som følge af kuperingen, og der er flere områder uden stier.

Kortbilleder af forskellige terræntyper:



Klasser og baner ifølge reglement

Klasse	Sværhedsgrad	Længde	Væske	Poster	Målstok	Kortvend
D10	Begynder	2950	0	12	1:10.000	
D12	Let	3310	1	11	1:10.000	
D14	Mellemsvær	4130	2	11	1:10.000	
D16	Svær	5750	2	13	1:10.000	
D18	Svær	7360	2	15	1:15.000	
D20	Svær	7840	1	13	1:15.000	
D21	Svær	11090	3	26	1:15.000	Ja
D35	Svær	7850	1	13	1:10.000	
D40	Svær	6700	1	16	1:7.500	
D45	Svær	6160	1	15	1:10.000	
D50	Svær	5250	2	11	1:10.000	
D55	Svær	4580	1	12	1:10.000	
D60	Svær	4060	1	13	1:7.500	
D65	Svær	3560	1	11	1:7.500	
D70	Svær	3170	1	9	1:7.500	
D75	Svær	2660	1	9	1:7.500	
D80	Svær	2060	0	8	1:7.500	
D85	Svær	2060	0	8	1:7.500	
D/H90	Svær	2060	0	8	1:7.500	
H10	Begynder	2950	0	12	1:10.000	
H12	Let	3700	1	12	1:10.000	
H14	Mellemsvær	5380	2	11	1:10.000	
H16	Svær	6700	1	16	1:7.500	
H18	Svær	11090	3	26	1:15.000	Ja
H20	Svær	12320	4	23	1:15.000	Ja
H21	Svær	17100	5	38	1:15.000	Ja
H35	Svær	11090	3	26	1:10.000	Ja
H40	Svær	10340	4	23	1:10.000	

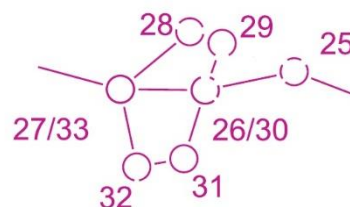
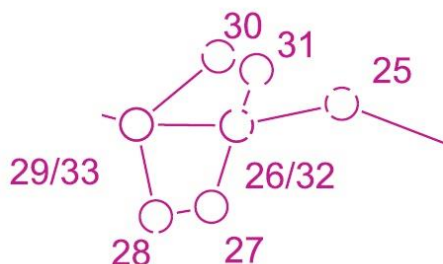
H45	Svær	9040	4	21	1:10.000	
H50	Svær	8210	2	17	1:10.000	
H55	Svær	7360	2	15	1:10.000	
H60	Svær	6700	1	16	1:7.500	
H65	Svær	6160	1	15	1:7.500	
H70	Svær	5750	2	13	1:7.500	
H75	Svær	4060	1	13	1:7.500	
H80	Svær	3170	1	9	1:7.500	
H85	Svær	2660	1	9	1:7.500	

Max. tid er 3 timer på D-baner og 4 timer på H-baner.
Der er ikke bemandede radioposter.

Der er i klasserne: H21, H20, D21, H18 og H35 en tilskuerpassage, hvor løberne har en tvungen passage under en bro, hvor der løbes forbi sidste posten (**skal ikke stemples**), og følger en snitzlet rute ind mod mål – kort før målslusen drejer løberne i tilskuerpassagen mod venstre og følger kanten af stævnepladsen ud i løbsområdet. **Den snitzlede rute skal følges så man kommer ind forbi stævnepladsen (der vil være afspærring og kontrol heraf).** Efter tilskuerpassagen vil der være fri orientering til næste post, hvorefter der er en opfangende snitzling til en tvungen passage under broen ved startstedet – her skal løberne holde sig til venstre under broer i den afmærkede rute.

På **H21 baner** er der en butterfly, og løberne skal i den forbindelse med opmærksom på følgende:

- **Løbere med lige startminut (0, 2, 4, 6, 8) skal have postdefinition og kort til bane 101A, mens løbere med ulige startminut (1, 3, 5, 7 og 9) skal have postdefinition og kort til bane 101B. Der vil være opslag herom i respektive startbokse.**
- At alle løbere har præcis de samme poster og de samme stræk, men ikke i samme rækkefølge. Halvdelen af løberne løber posterne i rækkefølgen, som vist i eksemplet nedenfor til venstre, men den anden halvdel løber i rækkefølgen vist i eksemplet til højre.
- At den første og sidste post i butterflyen stemples to gange. I eksemplet neden er post 26 den første post i butterflyen, og post 33 den sidste post i butterflyen.



Speakning

Der er speakning af udvalgte klasser. Speaker er Helge Lang.
Følgende klasser skal derfor løbe med brystnumre: H/D14, H/D16, H/D18, H/D20 samt H/D21. Disse er ophængt ved start med høflig selvbetjening.

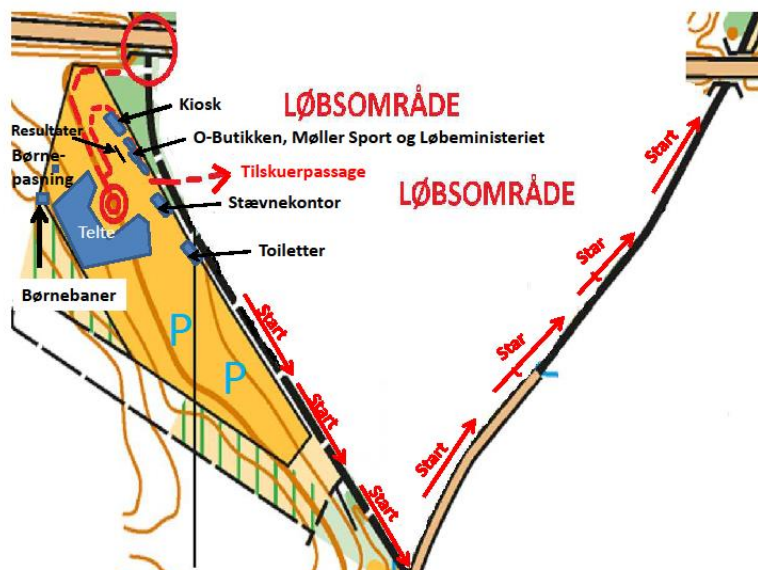
Seedning	Der vil være seedning i klasserne D20, H20, D21 og H21 i henhold til DOF reglementet 2017 og World Ranking listen pr 15.08.2018. Der udbydes ikke vakante pladser, men henvises til eftermelding og åbne baner.
Medaljer	Nr. 1 i klasserne D21 og H21 modtager Danmarks Idræts-Forbunds (DIF) mesterskabsmedalje Nr. 2 og 3 i D21 og H21 modtager DOFs mesterskabsmedalje i henholdsvis sølv og bronze. Nr. 1, 2 og 3 i øvrige mesterskabsklasser modtager DOFs mesterskabsmedalje i henholdsvis guld, sølv og bronze. Medaljer uddeles til deltagere, der har gennemført, uanset antallet af tilmeldte deltagere i de enkelte klasser. Medaljer uddeles kun til personer, der på stævnedagen er medlem af en klub under forbundet og som er dansk statsborger eller på stævnedagen er tilmeldt folkeregistret i Danmark. Der forventes præmieoverrækkelse ca. 14.00
Åbne baner	Der tilbydes der følgende åbne klasser: Åben 1: Sort – svær 7,4 km 1:10.000 Åben 2: Blå – svær 3,5 km 1:7.500 Åben 3: Gul – mellemsvær 5 km 1:10.000 Åben 4: Hvid – let 4 km 1:10.000 Åben 5: Grøn – begynder 3 km 1:10.000 Åbne klasser er til salg i stævnekontoret i tidsrummet 10.00 - 12.00 efter først til mølle princippet, da der er et begrænset antal kort. Åbne klasser har fri start efter sidste start af ordinære baner, dvs. ca. 12.30. Startafgiften for åbne klasser er identisk med startafgiften for rettidigt tilmeldte løbere. Egen Emit-enhed kan anvendes. Leje af EMIT koster 20,- kr.
Målgang	Posten på mållinjen lige under målportalen skal stemples og sætter sluttiden. Efter målportal fortsættes frem til aflæsning af brik. Hold rækkefølgen så vi kan håndtere en evt. død brik. Derefter fortsættes frem og kortet lægges i de ophængte klubposer, som udleveres efter sidste start. Udgåede løbere skal melde sig i mål.
Væske	Der er væskeposter med vand på banerne jævnfør baneoversigten. I mål er der vand og tynd saft.
Børnebane	Der tilbydes børnebane. Deltagelse er gratis og forhåndstilmelding ikke nødvendig. Åben fra 9.45 til 14 Der vil være en mindre præmie til alle børn.
Kontrolsystem	EMIT elektronisk kvitterings- og tidtagningssystem. Anvendes egen brik skal briknummer oplyses i forbindelse med tilmeldingen. Leje af brik koster 20 kr. Mistet lejebrik skal erstattes med kr. 500,-. Det er den enkelte løbers ansvar at være bekendt med Emit's anvendelse. Enheder er med postnumre på en lodret monteret plade
Start	Første start kl. 10.00. Startinterval minimum 1 min. Indkald 4 min. før: Boks 1: Udlevering af backup-kort og evt lånebrik Boks 2: Udlevering af postbeskrivelse til løbere med egnet holder samt ophængt korteksempel. Boks 3: Kontrol af starttid/briknummer samt ophængt korteksempel. Boks 4: Kortet må tages i startøjeblikket Deltagere D/H -12 får kortet udleveret 2 min. før starttidspunktet.

For sent startende skal henvende sig til startpersonalet.

Afstande Parkering-stævneplads: 0 m. For busser ca. 300 m.
Ved behov for busparkering gives besked til stævneleder.
Stævneplads-start: 600 m. Følg rød snitzling.
Der er ikke transport af overtrækstøj.

Børneaktivering Tilmelding via O-service.

Stævneplads Stævnekontor på stævneplads åbner kl. 9.00.



Der vil være hjertestarter på pladsen og en nødhjælpspost i skoven (markeret på løbskortene).

Bad Ingen mulighed for bad.

Toiletter Der er toiletkabiner på stævnepladsen.

Kiosk Velassorteret kiosk på stævnepladsen.

Resultatformidling Vil blive ophængt på stævnepladsen samt lagt på nettet efterfølgende.
Banerne vil blive lagt på O-track og vil være synlige fra kl 13.30

Stævne-organisation

- Stævneledere: Svend Erik Skovsgaard og Karsten Christiansen, Viborg OK.
- Banelæggere: Jess Rasmussen og Søren Elkjær, Viborg OK
- Stævnekontrollant: Erik Bobach, Silkeborg OK
- Banekontrollant: Erik Flarup, Skive AMOK
- Juryformand: Erik Bobach, Silkeborg OK
- Jurymedlemmer: Søren Klingenberg, Faaborg OK
Jens Viktor Nørgaard, FIF Hillerød
Anne Møller Skaug, OK Pan

Juryformanden kan træffes. Henvendelse i stævnekontoret mellem 11.00 og 16.00.

Diskvalificerede løbere henvender sig til stævnekontoret, hvis de ikke kan acceptere diskvalificeringen.

Egentlige klager indgives til stævnekontoret og skal være skriftlige.

Tidfrist: 30 minutter efter udløbet af maxtid for den sidst startende i konkurrencen

Overnatning Der henvises til Viborg Turistbureau,
Nytorv 9, 8800 Viborg. - Tlf. +45 87 25 30 75 – www.visitviborg.dk

Oplysninger Ved stævneleder Svend Erik Skovsgaard.
Tlf. +45 23 35 57 93
E-mail: svenderik@bachskov.dk