



COWI

INSTRUKTION

til åbent stævne og divisionsmatch i COWI-ligaen
2. div.: FROS/MELFAR, Faaborg OK, Odense OK, OK Syd
3. div.: OK Esbjerg, Svendborg/OPI, West/Ribe samt
Kredsmesterskab for ungdom i Sydkredsen

Søndag den 17. september 2017 i Munkebjerg Øst

Indbydelse, instruktion, resultater mv. findes på [OK SNAB's hjemmeside](http://ok-snab.dk/aabneloeb/2017/munkebjerg)
<http://ok-snab.dk/aabneloeb/2017/munkebjerg>

- Klassifikation:** Løbet er et ☆☆☆ stævne i Divisionsturneringen, Kredsmesterskab for ungdom i Sydkredsen samt åbent løb.
- Arrangør** OK SNAB
- Løbsområde:** Munkebjerg Øst ved Vejle Fjord.
- Mødested:** Vigen, 7080 Børkop
GPS: 55.688202, 9.655669
Stævneplads: Åbent område i Andkær Vig. Pladsen er åben fra kl 9:00
- Kørselsvejledning:** Ved motorvejens afkørsel nr. 61a Vejle C, køres der ad Fredericiavej i retning mod Fredericia. Efter 1,4 km drejes til venstre ad Andkærvej mod Andkær/Munkebjerg. Følg afmærkning herfra ad Munkebjergvej, Skovbyvej og Vigen Skovvej.
- Afstande:** 100 – 400 m fra parkering til stævneplads.
800 m fra stævneplads til start. Følg rød/hvid snitsling.
- Kort:** Munkebjerg Øst (ISOM2000, gammel kortnorm)
Kortet er nyttegnet i 2015 med rettelser i 2017 på baggrund af COWI's digitale grundmateriale. Kortet har DOF's kvalitetsmærke.
Målestok 1:10.000 (dog 1:7.500 for D/H 50 og ældre. OBS: Ændret ift. indbydelsen) med 5 meter ækvidistance. Printede kort på vand- og rivfast papir.

Kortrettelse: Der er gennem de seneste par uger blevet fældet en del i skoven, og dette er ikke kommet med på kortet. Et større område med skovarbejde passeres af de fleste baner umiddelbart efter første vejpassage. Der er i dette område mange grene og stammer i skovbunden, nye traktorspor og lysninger. Se kort ophængt på stævneplads og ved start.

Afmærkning mellem poster: Der vil på Bane 7 (let) og Bane 10 (begynder) være afmærket med hvid snitsling hele vejen fra post til post på to forskellige delstræk. Disse afmærkninger er angivet på postdefinitionerne og *skal* følges.

Afmærkede passager i skoven: På grund af stedvis megen undervegetation, mange væltede træer og nye traktorspor er udtidelige passager på stier flere steder blevet tydeliggjort med hvid snitsling. Passagerne er ikke vist på kort eller postdefinitioner. Dette har særligt betydning for Bane 7 (let) og Bane 10 (begynder).

Passage af vej: En asfaltvej skal passeres to gange på alle baner. Selvom der ikke er megen trafik på vejen, opfordres der til *stor forsigtighed* ved passage af vejen, da oversigtsforholdene for trafikanterne er dårlige. Bane 7 (let) og Bane 10 (begynder) passerer vejen på steder, hvor der er udstationeret vagter.

Jernbane: En jernbane med hurtigkørende tog gennemskærer løbsområdet. Jernbanen og en zone langs med jernbanen er markeret som forbudt område. Det er *strengt forbudt* at løbe i den forbudte zone langs med jernbanen.

Terræn: Terrænet er generelt meget kuperet med et varieret og detaljeret kurvebillede. Vegetationen består af en blanding af løv- og nåleskov. Gennemløbeligheden er nogle steder begrænset på grund af underskov. Terrænet er generelt tørt, men der findes en del grøfter og vandløb samt moser på skrænterne. Sigtbarheden varierer fra begrænset til god.

Væske Der er væske (vand og saft) på stævnepladsen lige efter mål/beregning. Der er væskepost (vand) i skoven på bane 1, 2, 3, 4, 6 og 9.
Der er ikke væske ved Start.

Stævnekontor På stævnepladsen fra kl 9.00

Klasser: Iflg. Reglement:

Gruppe	Klassifikation	Klasser	Banelængde (km)	Bane nr.	Antal poster
H1	sort - svær	H20, H21, H35	6,9	1	22
H2		H40, H45	5,9	2	21
H3		H16A, H50, H55	5,1	3	20
H4		H60, H65	3,6	4	16
H5	blå - svær	H70	3,1	5	13
H6	gul - mellemsvær	H14, H16B	4,4	6	20
H7		H20B, H21B, H35B	4,4	6	20
H8	hvid - let	H12, H14B, H20C, H21C	3,1	7	19
H9	grøn - begynder	H10, H12B, Begynder	2,1	10	13

D1	sort - svær	D20, D21, D35	5,9	2	21
D2		D40, D45	5,1	3	20
D3		D16A, D50, D55	3,6	4	16
D4		D60, D65	3,1	5	13
D5	blå - svær	D70	2,9	8	11
D6	gul - mellemsvær	D14, D16B	3,9	9	17
D7		D20B, D21B, D35B	3,9	9	17
D8	hvid - let	D12, D14B, D20C, D21C	3,1	7	19
D9	grøn - begynder	D10, D12B, Begynder	2,1	10	13

Køb af baner på løbsdagen: Muligt fra kl. 9:00-11.30 ved henvendelse i stævnekontoret.

Banerne er de samme som i divisionsmatchen, men resultaterne tæller ikke i matchen eller i ungdomskonkurrencerne, hvis man ikke er tilmeldt gennem O-service.

Der er indlagt vakante starttider til et antal ikke forhåndstilmeldte løbere. Når disse er opbrugt kan der startes efter sidste starttid i den pågældende klasse. Der er ikke vakante pladser på bane 4.

Op til 20 år: 75,-kr.

Fra 21 år: 100,-kr.

Herudover evt. leje af SI-brik 15 kr. Betaling kontant / MobilePay.

Kontrolsystem:

SportIdent. Postnummer er vist både lodret og vandret på posten.

Lejebrikker udleveres ved start og afleveres ved målgang.

Mistet lejebrik erstattes med 450 kr.

Start :

Første start kl. 10.00. Der er fremkald 4 minutter før start.

På bane 10 kan løberne starte frit mellem kl. 9.45 til sidste ordinære start.

Bliv registreret hos startpersonalet.

Løbere på bane 7 og 10 får løbskortet udleveret 2 min. før start og tilbydes starthjælp.

Startliste er udført således, at deltagere i divisions-matcherne blandes med de øvrige tilmeldte løbere.

Der er løse postdefinitioner til løbere med def.holder.

For sent startende henvender sig til startpersonalet.

Der er ikke transport af overtrækstøj fra start til stævneplads.

Mål:

Max. løbstid er 2 ½ time.

Lejebrikker afleveres efter passage af aflæsning i Beregning.

Løbskortet inddrages ikke, hvorfor der opfordres til at udvise fairness.

Børnebaner:

Gratis børnebaner fra kl 9.30 – 12.30. Små præmier til alle der gennemfører. Banen er barnevogns-venlig.

Kiosk:

Der er en velassorteret kiosk på stævnepladsen: sandwich, sodavand, øl, forskelligt slik, frugt, te, kaffe og kage. Betaling kontant / MobilePay.

Toiletter:

Der findes toiletter ved stævnepladsen. Der er ikke toilet ved start.

Der er ikke muligheder for bad.

- Resultatformidling:** Resultaterne ophænges løbende på stævnepladsen
Resultaterne samt stræktider kan ses på [OK SNAB's hjemmeside](#) og
Winsplits Online hurtigst muligt efter stævnet er afsluttet. Desuden vil
banerne blive lagt op i Livelox
- Præmier:** Der er præmie til vinderne i ungdomsklasserne til og med H/D16.
Desuden uddeles der præmier til vinderne i Sydkredsens
Kredsmesterskab og Ungdomspokal til og med H/D16.
Præmieoverrækkelse forventes ca. kl 13:00.
- Stævneleder:** Kaj Isaksen, OK SNAB, tlf 6162 6439
- Banelægger:** Flemming Jørgensen, OK SNAB
- Stævnekontrollant:** Kate Nielsen, OK SNAB
- Dommer:** Per Eg, Kolding OK
Jury: Jakob Q Christensen, Odense OK; Ethna Cavanagh, Faaborg OK; Eskil
Schønning, West/Ribe
- Banekontrollant:** Jesper Fenger-Grøn, OK SNAB
- Korttegner:** Steen Frandsen, Viborg OK

Tak til vore sponsorer

**HOLD JERES NÆSTE
FIRMAARRANGEMENT, I DET
SKØNNE TERRÆN, VED VEJLE FJORD**

HØJGAARD
EVENT

Merete Højgaard // tlf. 40 13 53 53

www.hojgaardevent.dk



Syddbank



Falck

REMA 1000
Skolegade