

## Indbydelse/Instruktion til VTR-løb d. 20.11.2022 Bidstrupskoven Hvalsø

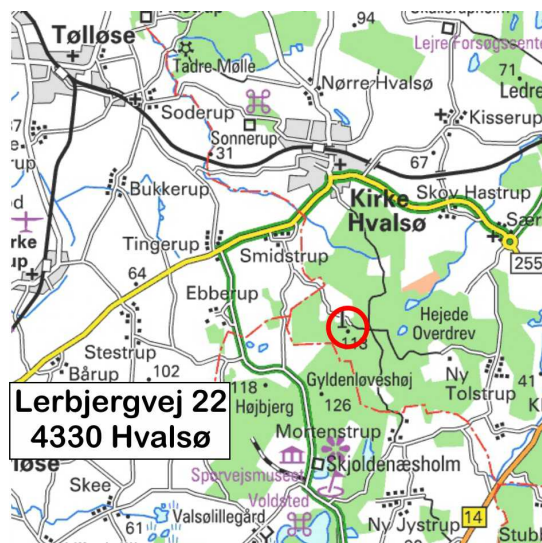
Mødested/Parkering: Kantparkering på Lerbjergvej i Vestlige side af skoven. Der er kun indkørsel fra Lerbjergvej -Følg parkerings vagterne

Afstande: P-SP 100-400 m.  
SP - Start 200 m. Snitslet

Kort: Hvalsø Skovene, revideret 2020, 2021. Ækv. 2,5 m. 1:10.000/1:7.500. ISOM 2017.

Postdefinition: IOF symboler.  
Trykt på kortet samt løse ved start.

Terræn: Skoven består af vekslende beplantning af åben bøgeskov og gran.  
Jævnt hen tæt underskov.  
Skoven er temmelig kuperet med en del kurvedetaljer.



Baner;	Grøn (begynder)	2,9 km.	15 p.	Blå, mini (svær)	3,5 km.	12 p.
	Hvid (let)	3,2 km.	9 p.	Sort, kort	4,9 km.	14 p.
	Gul (mellemsvær)	4,2 km.	12 p.	Sort, mellem	6,7 km.	20 p.
				Sort, lang	9,0 km.	23 p.

Kontrolenheder: Der løbes med Sport-ident. Dog ikke touchfree. Der er ikke SIAC OFF enhed

1. start: Kl. 10.00.  
Kort udleveres i startøjeblikket. Dog får grøn og hvid udleveret kortet 1 min før start.  
Der startes som "put and run". Der vil være bemanded ved start.  
Bemærk: Der er snitslet fra startboks til startpost 100 m.

Væske: Jf. reglementet er der kun egen væske.

Postmarkering: Der benyttes sport-ident spyd. Eksempel er opsat ved start.

Målprocedure: Målpost er placeret på SP. Efter målgang aflæses brik på SP.

Resultater: Live opdateres ved mål og offentliggøres efterfølgende på Hvalsø OK hjemmeside.

O-Track: Banerne lægges i O-Track efter stævnet.

Startafgift: Kr. 15,- for børn u. 16 år. Øvrige kr. 30,-. Kontant på dagen eller via Mobilpay på telefonnr. 21 60 58 90.

Banelægger  
Stævneleder  
Jette Karlsen  
Flemming Hjorth Jensen  
93 86 98 71