



Indbydelse til SM Nat 2013

Arrangør	Tisvilde Hegn OK			
Stævne	SM-Nat 2013			
Dato	Onsdag d. 20. marts 2013			
Løbsområde	Frederiksværk Skovene			
Mødested/ Stævnecenter	Festsalen på Halsnæs Rådhus, Rådhuspladen 1, 3300 Frederiksværk			
Afstande	SC til start ca. 800 meter, mål ved SC.			
Kort	Alle klasser: 1:10.000, kort rev. 2012, ækv. 2,5m			
Terrænbeskrivelse	Sjællandsk blandingsskov, med en del kupering. Veludbygget vej- og stinet.			
Klasser	D-12 Let	2,5 – 3,5 km	H-12 Let	2,5 – 3,5 km
	D-14 Ml. svær	3,0 – 4,0 km	H-14 Ml. svær	3,0 – 4,0 km
	D-16 Svær	3,5 – 4,5 km	H-16 Svær	5,5 – 6,0 km
	D-20 Svær	4,0 – 4,5 km	H-20 Svær	7,5 – 9,0 km
	D 21- Svær	6,0 – 6,5 km	H 21- Svær	8,5 – 12,0 km
	D 35- Svær	4,0 – 4,5 km	H 35- Svær	7,5 – 9,0 km
	D 45- Svær	3,5 – 4,0 km	H 40- Svær	6,5 – 7,5 km
	D 55- Svær	3,5 – 4,0 km	H 45- Svær	6,0 – 6,5 km
	D 65- Blå Svær	3,0 – 3,5 km	H 50- Svær	5,5 – 6,0 km
			H 55- Svær	4,0 – 4,5 km
			H 60- Svær	4,0 – 4,5 km
			H 65- Svær	4,0 – 4,5 km
		H 70- Blå svær	3,0 – 3,5 km	
		H 75- Blå svær	3,0 – 3,5 km	
Åbne baner	<p>Åbne baner kan forhåndstilmeldes eller købes i stævnecenteret kl. 19.00 -20.00 og starter efter "Put and Run" fra kl. 19.30 og frem til sidste start for de ikke-åbne baner (se instruktionen).</p> <p>Åben 1 – Svær 6,5 – 7,5 km Åben 2 – Svær 4,0 – 4,5 km Åben 3 – Blå svær 3,0 – 3,5 km Åben 4 – Ml.svær 3,0 – 4,0 km Åben 5 – Let 2,5 – 3,5 km Åben 6 – Begynder 2,0 – 2,5 km</p>			
Tidtagning	Elektronisk tidtagning med SPORTident			
Start	Individuel start. Fremkald 4 min før start. Første start: kl. 19.30			
Kiosk	Der er kiosk i stævnecenteret			
Bad	I stævnecenteret			
Tilmelding	Klubvis tilmelding via O-service eller til Aase Neregaard, Vinderød Skov 40B, 3300 Frederiksværk, tlf. 47 72 16 40, E-mail aasen@city.dk . Tilmeldingsfrist: Fredag den 15. marts 2013			
Startafgift	D/H -20 kr. 50,- og D/H 21- kr. 85,- Brikleje kr. 15,- Startafgiften indbetales klubvis til reg.nr. 6301, konto 1641786.			
Præmier	SM medaljer uddeles hurtigst mulig efter løbet.			
Stævneleder	Lena Wraa, Tisvilde Hegn OK, mail: lenawraa@mail.dk			
Stævnekontrol	Dan Haagerup, Tisvilde Hegn OK			
Banelægger	Peter Wraa, Tisvilde Hegn OK			
Banekontrol	Egon Neregaard, Tisvilde Hegn OK			