



Tisvilde Hegn OK indbyder til SM-stafet 2013

Lørdag den 27. april i Tisvilde Hegn

Hjemmeside: <http://www.tisvildehegnok.dk/aktiviteter/egne-lob/sm-stafet>

Arrangør	Tisvilde Hegn OK																																																						
Navn og klassifikation	SM-lang 2013 **** Firestjernet A-stævne																																																						
Dato	Lørdag den 27. april 2013																																																						
Løbsområde	Tisvilde Hegn																																																						
Stævneplads	Græsmark ved Bækkebrovej, rute 237, på østsiden af Tisvilde Hegn, 1,2 km nord for Frederiksværkvej, rute 205. Krak 32 B5. Samme stævneplads benyttes til SM-lang søndag den 28. april.																																																						
Parkering	På stævnepladsen. Parkeringsafgift er indregnet i startafgifterne. Busparkering foregår efter forudgående aftale med stævneleder.																																																						
Afstande	Parkering – stævneplads: 0 – 150 m Stævneplads – start: 0 m																																																						
Stævnekontor	Findes på stævnepladsen og er åbent fra kl. 9.00. Klubposer med brystnumre og lejebrikker afhentes i stævnekontoret. Lejebrikker skal afleveres i mål.																																																						
Kort	Tisvilde Hegn Øst, 1:10.000, revideret 2013, ækvidistance 2,5 m. Kortet er godkendt af kortkonsulent. Der er printede kort i alle klasser.																																																						
Terrænbeskrivelse	Meget varierende skov med veludviklet stisystem med et let til middel kuperet og detaljerigt kurvebillede og diffuse tætheder.																																																						
Mesterskabsklasser	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Klasse</th> <th>Sværhedsgrad</th> <th>Vindertid i minutter</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3">D/H -12</td> <td>1. tur Hvid – Let</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>Grøn – Begynder</td> <td>20 – ugaflet</td> </tr> <tr> <td>3. tur Hvid – Let</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">D/H max. -43, ældste < 20 år</td> <td>1. tur Gul – Mellemsvær</td> <td>25</td> </tr> <tr> <td>2. tur Hvid – Let</td> <td>20 – ugaflet</td> </tr> <tr> <td>3. tur Gul – Mellemsvær</td> <td>25</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">D 13-16</td> <td>1. Sort – Svær</td> <td>30</td> </tr> <tr> <td>2. tur Gul – Mellemsvær</td> <td>25 – ugaflet</td> </tr> <tr> <td>3. Sort – Svær</td> <td>30</td> </tr> <tr> <td>D -20</td> <td>Sort – Svær</td> <td>Anvender samme bane som D 21 = 3 x 30-40, i alt 105</td> </tr> <tr> <td>D 21-</td> <td>Sort – Svær</td> <td>3 x 30-40, i alt 105</td> </tr> <tr> <td>D 35-</td> <td>Sort – Svær</td> <td>3 x 45</td> </tr> <tr> <td>D 40-</td> <td>Sort – Svær</td> <td>3 x 45</td> </tr> <tr> <td>D 45-</td> <td>Sort – Svær</td> <td>3 x 45</td> </tr> <tr> <td>D 50-</td> <td>Sort – Svær</td> <td>3 x 35</td> </tr> <tr> <td>D 55-</td> <td>Sort – Svær</td> <td>3 x 35</td> </tr> <tr> <td>D 60-</td> <td>Sort – Svær</td> <td>3 x 35</td> </tr> <tr> <td>D 65-</td> <td>Blå – Svær</td> <td>2 x 30</td> </tr> <tr> <td></td> <td>1. Sort – Svær</td> <td>30</td> </tr> </tbody> </table>	Klasse	Sværhedsgrad	Vindertid i minutter	D/H -12	1. tur Hvid – Let	20	Grøn – Begynder	20 – ugaflet	3. tur Hvid – Let	20	D/H max. -43, ældste < 20 år	1. tur Gul – Mellemsvær	25	2. tur Hvid – Let	20 – ugaflet	3. tur Gul – Mellemsvær	25	D 13-16	1. Sort – Svær	30	2. tur Gul – Mellemsvær	25 – ugaflet	3. Sort – Svær	30	D -20	Sort – Svær	Anvender samme bane som D 21 = 3 x 30-40, i alt 105	D 21-	Sort – Svær	3 x 30-40, i alt 105	D 35-	Sort – Svær	3 x 45	D 40-	Sort – Svær	3 x 45	D 45-	Sort – Svær	3 x 45	D 50-	Sort – Svær	3 x 35	D 55-	Sort – Svær	3 x 35	D 60-	Sort – Svær	3 x 35	D 65-	Blå – Svær	2 x 30		1. Sort – Svær	30
Klasse	Sværhedsgrad	Vindertid i minutter																																																					
D/H -12	1. tur Hvid – Let	20																																																					
	Grøn – Begynder	20 – ugaflet																																																					
	3. tur Hvid – Let	20																																																					
D/H max. -43, ældste < 20 år	1. tur Gul – Mellemsvær	25																																																					
	2. tur Hvid – Let	20 – ugaflet																																																					
	3. tur Gul – Mellemsvær	25																																																					
D 13-16	1. Sort – Svær	30																																																					
	2. tur Gul – Mellemsvær	25 – ugaflet																																																					
	3. Sort – Svær	30																																																					
D -20	Sort – Svær	Anvender samme bane som D 21 = 3 x 30-40, i alt 105																																																					
D 21-	Sort – Svær	3 x 30-40, i alt 105																																																					
D 35-	Sort – Svær	3 x 45																																																					
D 40-	Sort – Svær	3 x 45																																																					
D 45-	Sort – Svær	3 x 45																																																					
D 50-	Sort – Svær	3 x 35																																																					
D 55-	Sort – Svær	3 x 35																																																					
D 60-	Sort – Svær	3 x 35																																																					
D 65-	Blå – Svær	2 x 30																																																					
	1. Sort – Svær	30																																																					

	H 13-16	2. tur Gul – Mellemsvær	25 – ugaflet																											
		3. Sort – Svær	30																											
	H -20	Sort – Svær	Anvender samme bane som H 21 = 3 x 30-60, i alt 125																											
	H 21-	Sort – Svær	3 x 30-60, i alt 125																											
	H 35-	Sort – Svær	3 x 50																											
	H 40-	Sort – Svær	3 x 45																											
	H 45-	Sort – Svær	3 x 45																											
	H 50-	Sort – Svær	3 x 40																											
	H 55-	Sort – Svær	3 x 40																											
	H 60-	Sort – Svær	3 x 40																											
	H 65-	Sort – Svær	3 x 35																											
	H 70-	Blå – Svær	2 x 35																											
	H 75-	Blå – Svær	2 x 35																											
	D/H min. 185-, mindst 1 dame	Blå – Svær	3 x 30																											
Åben mixklasse	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Klasse</th> <th>Sværhedsgrad</th> <th>Vindertid i minutter</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3">Åben klasse</td> <td>1. Sort – Svær</td> <td>45</td> </tr> <tr> <td>2. tur Gul – Mellemsvær</td> <td>25 – ugaflet</td> </tr> <tr> <td>3. tur Blå – Svær</td> <td>35</td> </tr> </tbody> </table>			Klasse	Sværhedsgrad	Vindertid i minutter	Åben klasse	1. Sort – Svær	45	2. tur Gul – Mellemsvær	25 – ugaflet	3. tur Blå – Svær	35																	
Klasse	Sværhedsgrad	Vindertid i minutter																												
Åben klasse	1. Sort – Svær	45																												
	2. tur Gul – Mellemsvær	25 – ugaflet																												
	3. tur Blå – Svær	35																												
Præmier	<p>SM-medaljer til de tre første hold i alle ungdomsklasser samt H 21- og D 21-. I øvrige seniorklasser er der medaljer til vinderholdet.</p> <p>SM-medaljer kan kun vindes af medlemmer af klubber i Østkredsen.</p> <p>Der vil endvidere være præmier til vinderholdet af åben mixklasse.</p>																													
Individuelle åbne klasser	<p>På nedenstående åbne baner 1 – 8 er forhåndstilmelding mulig via O-service. Startafgift er som for øvrige baner/klasser i stævnet. Disse baner har fri start ("put and run"). Fordelen ved at forhåndstilmelde sig er, at man derved er sikker på at komme til at løbe den bane man ønsker.</p> <p>Åbne baner kan også købes på dagen mellem kl. 11.30 og 12.30, idet startafgiften tillægges 15 kr.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Klasse</th> <th>Sværhedsgrad</th> <th>Banelængde</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Åben 1</td> <td>Sort – Svær</td> <td>9,0 – 10,0 km</td> </tr> <tr> <td>Åben 2</td> <td>Sort – Svær</td> <td>7,0 – 8,0 km</td> </tr> <tr> <td>Åben 3</td> <td>Sort – Svær</td> <td>5,5 – 6,5 km</td> </tr> <tr> <td>Åben 4</td> <td>Sort – Svær</td> <td>4,0 – 5,0 km</td> </tr> <tr> <td>Åben 5</td> <td>Blå – Svær</td> <td>3,0 – 4,0 km</td> </tr> <tr> <td>Åben 6</td> <td>Gul – Mellemsvær</td> <td>4,5 – 5,5 km</td> </tr> <tr> <td>Åben 7</td> <td>Hvid – Let</td> <td>3,0 – 4,0 km</td> </tr> <tr> <td>Åben 8</td> <td>Grøn – Begynder</td> <td>2,5 – 3,5 km</td> </tr> </tbody> </table>			Klasse	Sværhedsgrad	Banelængde	Åben 1	Sort – Svær	9,0 – 10,0 km	Åben 2	Sort – Svær	7,0 – 8,0 km	Åben 3	Sort – Svær	5,5 – 6,5 km	Åben 4	Sort – Svær	4,0 – 5,0 km	Åben 5	Blå – Svær	3,0 – 4,0 km	Åben 6	Gul – Mellemsvær	4,5 – 5,5 km	Åben 7	Hvid – Let	3,0 – 4,0 km	Åben 8	Grøn – Begynder	2,5 – 3,5 km
Klasse	Sværhedsgrad	Banelængde																												
Åben 1	Sort – Svær	9,0 – 10,0 km																												
Åben 2	Sort – Svær	7,0 – 8,0 km																												
Åben 3	Sort – Svær	5,5 – 6,5 km																												
Åben 4	Sort – Svær	4,0 – 5,0 km																												
Åben 5	Blå – Svær	3,0 – 4,0 km																												
Åben 6	Gul – Mellemsvær	4,5 – 5,5 km																												
Åben 7	Hvid – Let	3,0 – 4,0 km																												
Åben 8	Grøn – Begynder	2,5 – 3,5 km																												
Kontrolsystem	Sportident. Eget briknummer oplyses ved tilmelding. En brik må kun anvendes på én tur i stævnet.																													
Start	Første start kl. 11.00. Starttiderne for de enkelte klasser vil fremgå af instruktionen. Start foregår på stævnepladsen. Deltagere i individuelle åbne klasser må starte i tidsrummet kl. 11.30 – 12.30.																													
Børnebane	Tilmelding på stævnepladsen kl. 11.00 – 13.30. Deltagelse er gratis.																													
Børnepasning	På stævnepladsen. Navn og alder skal oplyses ved tilmelding i O-service.																													
Service	Velassorteret kiosk findes på stævnepladsen. Der vil være toiletter på stævnepladsen.																													

Bad og omklædning	Der er mulighed for bad og omklædning efter løbet i Tisvilde Hegn OK's klubhus, Godhavnsvej 3, 3220 Tisvildeleje, ca. 6 km kørsel fra stævnepladsen.										
Tilmelding	Tilmelding sker klubvis via O-service. Sidste frist for klubadministratorers godkendelse af klubbernes tilmeldinger er fredag den 19. april 2013 kl. 19.00. Der modtages ikke eftertilmelding.										
Holdsammensætning	Tisvilde Hegn OK skal senest 48 timer før første start have modtaget meddelelse via O-service eller pr. e-mail om holdenes sammensætning med angivelse af løbernes navne, briknumre og startrækkefølge. E-mail sendes til lenawraa@mail.dk . Holdsammensætning, briknumre og startrækkefølge kan ændres indtil kl. 9.30 på løbsdagen mod et gebyr på 30 kr. pr. ændret løber. Briknumrene følger løberne ved ændring i startrækkefølge.										
Startafgifter	<p>Stafetklasser:</p> <table> <tr> <td>Til og med 20 år</td> <td>150,00 kr.</td> </tr> <tr> <td>D 65-, H 70- og H 75-</td> <td>180,00 kr.</td> </tr> <tr> <td>Øvrige</td> <td>270,00 kr.</td> </tr> </table> <p>Individuelle åbne klasser :</p> <table> <tr> <td>Til og med 20 år</td> <td>50,00 kr.</td> </tr> <tr> <td>21 år og ældre</td> <td>90,00 kr.</td> </tr> </table> <p>Åbne baner købt på dagen + 15,00 kr.</p> <p>Hertil lægges evt. leje af SportIdent på 15,00 kr. Mistede lejebrikker erstattes med 300 kr.</p> <p>Samtidig med tilmelding indbetales klubvis startafgift på kontonummer 6301-1641786, Handelsbanken. Anfør klubnavn og dato for løbet ved indbetalingen.</p>	Til og med 20 år	150,00 kr.	D 65-, H 70- og H 75-	180,00 kr.	Øvrige	270,00 kr.	Til og med 20 år	50,00 kr.	21 år og ældre	90,00 kr.
Til og med 20 år	150,00 kr.										
D 65-, H 70- og H 75-	180,00 kr.										
Øvrige	270,00 kr.										
Til og med 20 år	50,00 kr.										
21 år og ældre	90,00 kr.										
Stævneleder	Svend Mortensen, Tisvilde Hegn OK, tlf. 2337 3052, e-mail hegnsnyt@live.dk										
Banelægger	Rolf Valery, Tisvilde Hegn OK										
Stævnekontrollant	Dan Haagerup, Tisvilde Hegn OK										
Banekontrollant	Tim Falck Weber, Tisvilde Hegn OK										
Dommer	Inger Kirkegaard, Tisvilde Hegn OK										

Handelsbanken



Bygmarken 30 ♦ 3220 Tisvildeleje ♦ 48 70 98 50 ♦ info@helene.dk

