



Tisvilde Hegn OK indbyder til SM-nat 2015, 1. afdeling

Onsdag den 4. marts i Valby Hegn

Hjemmeside: <http://www.tisvildehegnok.dk/>

Arrangør	Tisvilde Hegn OK																																																																								
Navn og klassifikation	SM-nat 2015, 1. afdeling **** Firestjernet A-stævne																																																																								
Dato	Onsdag den 4. marts 2015																																																																								
Løbsområde	Valby Hegn																																																																								
Mødested og stævnecenter	Nordsjællands Efterskole, Aggebovej 34, 3200 Helsingør. Krak 23 K5. Skolen ligger ved den nordlige ende af skoven. Der er stævnecenter i skolens sportshal.																																																																								
Parkering	På skolens område. Busparkering foregår efter forudgående aftale med stævneleder.																																																																								
Stævnekontor	Findes i stævnecenteret og er åbent fra kl. 18.15.																																																																								
Kort	Valby Hegn, 1:10.000, revideret 2015, ækvivalens 2,5 m. Kortet er godkendt af kortkonsulent. Der er printede kort i alle klasser.																																																																								
Terrænbeskrivelse	Typisk nordsjællandsk terræn med diffus og varieret bevoksning.																																																																								
Klasser og banelængder	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Klasse</th> <th>Sværhedsgrad</th> <th>Banelængde</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>D -12</td><td>Hvid – Let</td><td>2,5 – 3,5 km</td></tr> <tr><td>D -14</td><td>Gul – Mellemsvær</td><td>3,0 – 4,0 km</td></tr> <tr><td>D -16</td><td>Sort – Svær</td><td>3,5 – 4,0 km</td></tr> <tr><td>D -20</td><td>Sort – Svær</td><td>5,0 – 5,5 km</td></tr> <tr><td>D 21-</td><td>Sort – Svær</td><td>6,0 – 6,5 km</td></tr> <tr><td>D 35-</td><td>Sort – Svær</td><td>4,0 – 4,5 km</td></tr> <tr><td>D 45-</td><td>Sort – Svær</td><td>3,5 – 4,0 km</td></tr> <tr><td>D 55-</td><td>Sort – Svær</td><td>3,5 – 4,0 km</td></tr> <tr><td>D 65-</td><td>Blå – Svær</td><td>3,0 – 3,5 km</td></tr> <tr><td>H -12</td><td>Hvid – Let</td><td>2,5 – 3,5 km</td></tr> <tr><td>H -14</td><td>Gul – Mellemsvær</td><td>3,0 – 4,0 km</td></tr> <tr><td>H -16</td><td>Sort – Svær</td><td>5,5 – 6,0 km</td></tr> <tr><td>H -20</td><td>Sort – Svær</td><td>7,5 – 9,0 km</td></tr> <tr><td>H 21-</td><td>Sort – Svær</td><td>8,5 – 12,0 km</td></tr> <tr><td>H 35-</td><td>Sort – Svær</td><td>7,5 – 9,0 km</td></tr> <tr><td>H 40-</td><td>Sort – Svær</td><td>6,5 – 7,5 km</td></tr> <tr><td>H 45-</td><td>Sort – Svær</td><td>6,0 – 6,5 km</td></tr> <tr><td>H 50-</td><td>Sort – Svær</td><td>5,5 – 6,0 km</td></tr> <tr><td>H 55-</td><td>Sort – Svær</td><td>5,0 – 5,5 km</td></tr> <tr><td>H 60-</td><td>Sort – Svær</td><td>4,0 – 4,5 km</td></tr> <tr><td>H 65-</td><td>Sort – Svær</td><td>4,0 – 4,5 km</td></tr> <tr><td>H 70-</td><td>Blå – Svær</td><td>3,0 – 3,5 km</td></tr> <tr><td>H 75-</td><td>Blå – Svær</td><td>3,0 – 3,5 km</td></tr> </tbody> </table>	Klasse	Sværhedsgrad	Banelængde	D -12	Hvid – Let	2,5 – 3,5 km	D -14	Gul – Mellemsvær	3,0 – 4,0 km	D -16	Sort – Svær	3,5 – 4,0 km	D -20	Sort – Svær	5,0 – 5,5 km	D 21-	Sort – Svær	6,0 – 6,5 km	D 35-	Sort – Svær	4,0 – 4,5 km	D 45-	Sort – Svær	3,5 – 4,0 km	D 55-	Sort – Svær	3,5 – 4,0 km	D 65-	Blå – Svær	3,0 – 3,5 km	H -12	Hvid – Let	2,5 – 3,5 km	H -14	Gul – Mellemsvær	3,0 – 4,0 km	H -16	Sort – Svær	5,5 – 6,0 km	H -20	Sort – Svær	7,5 – 9,0 km	H 21-	Sort – Svær	8,5 – 12,0 km	H 35-	Sort – Svær	7,5 – 9,0 km	H 40-	Sort – Svær	6,5 – 7,5 km	H 45-	Sort – Svær	6,0 – 6,5 km	H 50-	Sort – Svær	5,5 – 6,0 km	H 55-	Sort – Svær	5,0 – 5,5 km	H 60-	Sort – Svær	4,0 – 4,5 km	H 65-	Sort – Svær	4,0 – 4,5 km	H 70-	Blå – Svær	3,0 – 3,5 km	H 75-	Blå – Svær	3,0 – 3,5 km
Klasse	Sværhedsgrad	Banelængde																																																																							
D -12	Hvid – Let	2,5 – 3,5 km																																																																							
D -14	Gul – Mellemsvær	3,0 – 4,0 km																																																																							
D -16	Sort – Svær	3,5 – 4,0 km																																																																							
D -20	Sort – Svær	5,0 – 5,5 km																																																																							
D 21-	Sort – Svær	6,0 – 6,5 km																																																																							
D 35-	Sort – Svær	4,0 – 4,5 km																																																																							
D 45-	Sort – Svær	3,5 – 4,0 km																																																																							
D 55-	Sort – Svær	3,5 – 4,0 km																																																																							
D 65-	Blå – Svær	3,0 – 3,5 km																																																																							
H -12	Hvid – Let	2,5 – 3,5 km																																																																							
H -14	Gul – Mellemsvær	3,0 – 4,0 km																																																																							
H -16	Sort – Svær	5,5 – 6,0 km																																																																							
H -20	Sort – Svær	7,5 – 9,0 km																																																																							
H 21-	Sort – Svær	8,5 – 12,0 km																																																																							
H 35-	Sort – Svær	7,5 – 9,0 km																																																																							
H 40-	Sort – Svær	6,5 – 7,5 km																																																																							
H 45-	Sort – Svær	6,0 – 6,5 km																																																																							
H 50-	Sort – Svær	5,5 – 6,0 km																																																																							
H 55-	Sort – Svær	5,0 – 5,5 km																																																																							
H 60-	Sort – Svær	4,0 – 4,5 km																																																																							
H 65-	Sort – 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	På nedenstående åbne baner 1 – 6 er forhåndstilmelding mulig via O-service. Startafgift er som for øvrige baner/klasser i stævnet. Disse baner har fri start ("put and run") fra kl. 19.00 og frem til sidste start for de ikke-åbne baner (se instruktionen). Fordelen ved at forhåndstilmelde sig er, at man derved er sikker på at komme til at løbe den bane man ønsker.																																																																								

	<p>Åbne baner kan også købes på dagen mellem kl. 18.30 og 19.30, 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>6,5 – 7,5 km</td> </tr> <tr> <td>Åben 2</td> <td>Sort – Svær</td> <td>4,0 – 4,5 km</td> </tr> <tr> <td>Åben 3</td> <td>Blå – Svær</td> <td>3,0 – 3,5 km</td> </tr> <tr> <td>Åben 4</td> <td>Gul – Mellemsvær</td> <td>3,0 – 4,0 km</td> </tr> <tr> <td>Åben 5</td> <td>Hvid – Let</td> <td>2,5 – 3,5 km</td> </tr> <tr> <td>Åben 6</td> <td>Grøn – Begynder</td> <td>2,0 – 2,5 km</td> </tr> </tbody> </table>	Klasse	Sværhedsgrad	Banelængde	Åben 1	Sort – Svær	6,5 – 7,5 km	Åben 2	Sort – Svær	4,0 – 4,5 km	Åben 3	Blå – Svær	3,0 – 3,5 km	Åben 4	Gul – Mellemsvær	3,0 – 4,0 km	Åben 5	Hvid – Let	2,5 – 3,5 km	Åben 6	Grøn – Begynder	2,0 – 2,5 km
Klasse	Sværhedsgrad	Banelængde																				
Åben 1	Sort – Svær	6,5 – 7,5 km																				
Åben 2	Sort – Svær	4,0 – 4,5 km																				
Åben 3	Blå – Svær	3,0 – 3,5 km																				
Åben 4	Gul – Mellemsvær	3,0 – 4,0 km																				
Åben 5	Hvid – Let	2,5 – 3,5 km																				
Åben 6	Grøn – Begynder	2,0 – 2,5 km																				
Kontrolsystem	SportIdent. Eget briknummer oplyses ved tilmelding.																					
Start	Første start kl. 19.00.																					
Afstande	Parkering – stævnecenter: Max. 150 m Stævnecenter – start: Max. 500 m																					
Børnebane	Der tilbydes ikke børnebane.																					
Børnepasning	Der tilbydes ikke børnepasning.																					
Service	Velassorteret kiosk findes i stævnecenteret. Der er toiletter i stævnecenteret.																					
Bad og omklædning	Der tilbydes ikke bad. Der er mulighed for omklædning i stævnecenteret.																					
Tilmelding	Tilmelding sker klubvis via O-service eller til Inger Kirkegaard, tlf. 4876 1100, e-mail inger.k.kirkegaard@gsk.com . Tilmeldingsfrist 27. februar. Vi tager ikke imod eftertilmelding, men henviser til de åbne baner.																					
Startafgifter	<p>Til og med 20 år 55,00 kr. 21 år og ældre 90,00 kr. Åbne baner købt på dagen + 15,00 kr. 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>																					
Præmier	Der er ikke præmieuddeling for 1. afdeling af SM-nat. Det samlede resultat af SM-nat 2015 opgøres efter 2. og sidste afdeling, som OK Roskilde arrangerer den 11. marts.																					
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	Ole Galle, Tisvilde Hegn OK																					
Dommer	Ulla Place Petersen, Allerød OK																					

