



## **Instruktion 1. afd. af THOK's klubmesterskab i Ravnsholt, tirsdag den 2. juni 2020.**

**Løbet gennemføres med flere CORONA restriktioner der SKAL overholdes.**

Ved mistanke om du er smittet med Corona bliv hjemme, vi ønsker ingen syge der smitter andre klubmedlemmer, vask hænder inden du kører hjemme fra

Max 10 personer til stede samtidig med en afstand på min. 1 meter mellem hver person, også ved posterne. For at modvirke for mange i start- og mål-området er **starten udvidet til en time fra kl. 17 – 18, kom gerne i god tid.** Politiet kan udskrive bøder på 2.500kr pr. deltager, incl. arrangørern hvis regler ikke overholdes.

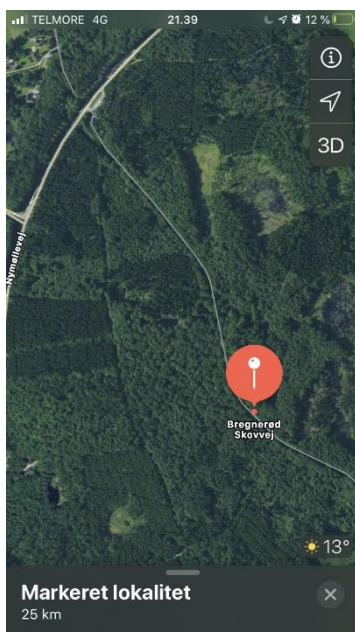
Der skal sprittes hænder inden du går i skoven, og efter målgang inden aflæsning af SI-brik, håndsprit findes både ved start og beregnervognen, der er parkeret på P-plads ved mål.

Direkte efter målgang aflæses SI-brik (lånebrikker i afleveres i spand), herefter går man til bilen, venter på evt. medpassagerer her, og kører hjem og ser resultaterne, der vil ikke blive opsat resultater. Husk selv at medbringe væske, der er ikke vand/saft i skoven eller ved mål, selv om der er varslet super duper løbe/sommervej på tirsdag.

Se i øvrigt Dansk Orienterings Forbund's "Anvisninger og anbefalinger til deltagere i orienteringsstævner på medsendte PDF, eller på linket:

[https://do-f.dk/images/Forbundet/Dokumenter/Corona-anbefalinger\\_til\\_deltagere.pdf](https://do-f.dk/images/Forbundet/Dokumenter/Corona-anbefalinger_til_deltagere.pdf)

**Parkering:** På P-plads i skoven 800 m inde i skoven ad Bregnerød skovvej, fra P-plads på Nymøllevej, hvor der vil være opsat en skærm, se skitse.



### **Afstande:**

Parkering – mål 0 m

Mål – start 400 m, følg snitzling.

Startsted – startpunkt 0 m

**Baner:**

1. D og H svær 8.230 m, 20 poster
2. D og H svær 5.230 m, 15 poster
3. D og H svær 3.070 m, 9 poster
4. D og H mellemsvær 4.130 m, 9 poster
5. U og V let 3.750 m, 13 poster
6. Begynder 3.050 m, 10 poster

**Kort:**

Ravnsholt senest opdateret i oktober 2019, målestok 1:7.500 for bane 3, øvrige baner 1:10.000, 2,5 m ækvidistance, printet på vandfast papir.

**Postbeskrivelser:**

Definitioner i IOF-symboler, postbeskrivelser kun trykt på kortet, ingen løse postbeskrivelser grundet Corona.

**Terrænbeskrivelse:**

Variert skov med et veludviklet stisystem og med et let til middel kuperet og detaljerigt kurvebillede.

**Corona start: Put and run fra kl. 17.00 – 18.00:**

Ved ankomst gå direkte fra parkering til start og få tildelt først ledige starttid på din bane af starteren (Dan). Der startes på hele minuttal, hvis flere løbere ved starten kan starteren vælge at lade løbere starte på halve minuttal, når det ikke er samme bane. Når forrige løber er startet gå frem til startpunkt og vær klar, kortet udleveres i startøjeblikket, HUSK at stemple startposten.

**Sportident:**

Aflæsning af SI-brik "på" beregnervognen, udgåede løbere skal også aflæse deres SI-brik. Lånebrikker findes ved start, husk selv at afspritte brik.

**Max. Tid:**

Max. tid er 1½ time, poster inddrages fra kl. 19:30, af Niels L, Leif E, Jesper D, Lena W, tak til dem.

**Stævneledelse**

Banelægger: Agnes Kracht

Tidtager: Annette Hansen

Stævneleder: Ole D. Jensen tlf. 23 30 74 67

# Handelsbanken

