

# I weekenden d. 10-11. juni 2023 afholder FIF Hillerød Orientering



## FIF Sommerweekend orienteringsbaner til alle med

- Sjællandsmesterskab i orientering
- Testløb for HD16, HD20E og HD21E

- 2 dage med orienteringsløb i hjertet af den ny Nationalpark Gribskov
- 2 dage med World Ranking Event
- Fuld klasseinddeling, nyt kort, velassorteret kiosk, baner til dig der ikke vil løbe konkurrence og mulighed for tilmelding på dagen.
- Grøn Idræt – vi håber I med samkørsel vil være med til at gøre stævnet lidt grønnere

**Lørdag 10. juni 2023**  
første start kl. 13 Langdistance

**Søndag 11. juni 2023**  
første start kl. 10 Mellemdistance

Velkommen til orienteringsløb i den kommende Naturnationalpark Gribskov. Vi byder på to dage med orienteringsbaner, der passer lige dig om du er verdensstjerne og vil udtages det danske landshold, eller du har lyst til en tur i skoven sammen med familien i roligt tempo med kort i hånden. Vi er så heldige at kunne byde på en stævneplads som du både kan nå med offentlig transport 1,5 km fra bus og 2 km fra tog og kommer du med bil er der parkering tæt ind til stævnepladsen. Vi håber I med samkørsel eller ved at tage tog/bus kan være med til at gøre stævnet grønnere. Kommer du med bilen fuld (mindst fire personer) er der en kop gratis kaffe til chaufføren.

Vil du løbe konkurrence har vi klasser til alle begge dage og vil du mest bare have en dejlig tur i skoven er der seks baner med forskellig sværhedsgrad og længde, naturligvis en bane med meget simpel orientering hvor du følger stierne. Vil du opleve det danske landshold er her en af lejlighederne, hvor du kan følge deres konkurrencer. Vi har en af de bedste speakere, live-resultater og du vil kunne følge konkurrencerne både på pladsen og hjemme fra sofaen.

Vi har tegnet et helt nyt orienteringskort, 12 km<sup>2</sup>. Skoven har de seneste år været under forandring til naturnationalpark. Det betyder alle hegn er fjernet og skoven mange steder er blevet meget mere vild. Der er kommet ny vådområder og stier er forsvundet. For at passe på skovens beboere er der udlagt store naturzoner, hvor skovens ynglende fugle og dyr kan få fred.

Vi har naturligvis børneorienteringsløb for de yngste, børnebaner, med simpel orientering hvor der er præmie til alle der vil være med. Vi har en velassorteret kiosk, hvor du både kan få mad, drikke og kaffe. Hvis I vil forudbestille mad til hele klubben, skal I skrive til stævneledelsen.

Vi prøver at gøre stævne mere grønt. I opfordres derfor til samkørsel. Når du kommer i mål, kan du få vand, men du skal selv have en kop eller en flaske med. Når du køber kaffe og the opfordres du til selv at have en kop med – du kan også låne en genanvendelig kop (eller købe den), men du må så betale lidt mere.

Vi håber at I har lyst til at deltage og glæder os til at se jer.

På vegne af FIF Hillerød og 60 frivillige, Bo Simonsen, Stævneleder, [bosimfif@gmail.com](mailto:bosimfif@gmail.com)

Alt det formelle og mere information følger på de næste sider.

# Indbydelse til lang distance Sommerweekend 2023 med Sjællands Mesterskab i Nationalpark Gribskov



<b>Arrangør</b>	FIF Hillerød Orientering
<b>Navn og klassifikation</b>	Sjællandsmesterskab Lang distance med WRE og testløb Klassifikation: A-stævne **** Løberen League HD20E Trimtex Cup HD21
<b>Dato</b>	10.06.2023
<b>Løbsområde</b>	Gribskov Midt
<b>Mødested</b>	Gribskov Midt, nord for Hillerød
<b>Kortet</b>	Gribskov 1:7.500; 1:10.000 og 1:15.000. Ækvidistance 2,5 m. rekognosceret og tegnet af Bo Simonsen 2023. Kortet er printet og pakkes i plastlomme. Kortet er tildelt en kortkonsulent og forventes tildelt kvalitetsmærke.
<b>Terrænbeskrivelse</b>	Nordsjællandsk blandingskov med moderat kupering. Veludbygget vej- og stinet. Vekslede gennemløbelig, flere partier med tung underskov. Skoven er udlagt som urørt skov og nationalpark.

## Klasser

Banelængder følger DOF's reglement

Klasse	Sværhedsgrad	Banelængde	Vindertid minutter
Begynder	Grøn-Begynder	2,5-3,5 km	ca 20
D-10 SM	Grøn-Begynder	2,5-3,5 km	ca 20
D-12 SM	Hvid-Let	3,5-4,5 km	ca 25
D-12B	Grøn-Begynder	2,5-3,5 km	ca 20
D-14 SM	Gul-Mellemsvær	4,5-5,5 km	ca 35
D-14B	Hvid-Let	3,5-4,5 km	ca 25
D-16 SM	Sort-Svær	5,5-6,5 km	ca 40
D-16B	Gul-Mellemsvær	4,5-5,5 km	ca 35
D20 SM	Sort-Svær		ca 65
D-20B	Gul-Mellemsvær	4,5-5,5 km	ca 40
D21 SM	Sort-Svær		ca 60
D21-AK	Sort-Svær	5,0-5,5 km	ca 45
D21-B	Gul-Mellemsvær	4,5-5,5 km	ca 35
D-Let	Hvid-Let	3,5-4,5 km	ca 25
D35- SM	Sort-Svær	6,5-7,5 km	ca 55
D40-SM	Sort-Svær	5,5-6,5 km	ca 50
D45- SM	Sort-Svær	5,5-6,5 km	ca 45
D45-B	Gul-Mellemsvær	4,5-5,5 km	ca 35
D50- SM	Sort-Svær	4,0-5,0 km	ca 45
D55- SM	Sort-Svær	4,0-5,0 km	ca 45

D60- SM	Sort-Svær	3,5-4,0 km	ca 45
D65- SM	Sort-Svær	3,5-4,0 km	ca 45
D70- SM	Blå-Svær	2,5-3,5 km	ca 45
D75- SM	Blå-Svær	2,5-3,5 km	ca 45
D80- SM	Blå-Svær	2,0-3,0 km	ca 45
D85- SM	Blå-Svær	2,0-3,0 km	ca 45
D/H90- SM	Blå-Svær	2,0-3,0 km	ca 45
H-10 SM	Grøn-Begynder	2,5-3,5 km	ca 20
H-12 SM	Hvid-Let	3,5-4,5 km	ca 25
H-12B	Grøn-Begynder	2,5-3,5 km	ca 25
H-14 SM	Gul-Mellemsvær	5,0-6,0 km	ca 35
H-14B	Hvid-Let	3,5-4,5 km	ca 25
H-16 SM	Sort-Svær	7,0-8,0 km	ca 45
H-16B	Gul-Mellemsvær	5,0-6,0 km	ca 35
H20 SM	Sort-Svær		ca 75
H-20B	Gul-Mellemsvær	5,0-6,0 km	ca 35
H21 SM	Sort-Svær		ca 70
H21-AK	Sort-Svær	6,5-7,5 km	ca 45
H21-B	Gul-Mellemsvær	5,0-6,0 km	ca 35
H-let	Hvid-Let	3,5-4,5 km	ca 25
H35- SM	Sort-Svær	10,0-12,0 km	ca 70
H40- SM	Sort-Svær	9,0-11,0 km	ca 65
H45- SM	Sort-Svær	9,0-11,0 km	ca 60
H45-AK	Sort-Svær	4,0-5,0 km	ca 45
H45-B	Gul-Mellemsvær	5,0-6,0 km	ca 35
H50- SM	Sort-Svær	7,0-8,0 km	ca 55
H55- SM	Sort-Svær	7,0-8,0 km	ca 50
H60- SM	Sort-Svær	5,5-6,5 km	ca 50
H65- SM	Sort-Svær	5,0-5,5 km	ca 50
H70- SM	Blå-Svær	4,0-5,0 km	ca 50
H75- SM	Blå-Svær	3,5-4,0 km	ca 50
H80- SM	Blå-Svær	2,5-3,5 km	ca 50
H85- SM	Blå-Svær	2,5-3,5 km	ca 50

Endelige banelængder og postantal oplyses i instruktionen

Vi forbeholder os ret til at slå klasser sammen ved få tilmeldte

### Præmier/medaljer

Der uddeles præmier i alle ungdomsklasser til og med HD16 og SM-medaljer i alle mesterskabsklasser (SM)

### Kontrolsystem

Løbet afvikles med SportIdent.

Løbere, der anvender egen brik, skal oplyse nummer ved tilmelding. Øvrige løbere lejer en brik, som udleveres ifm. starten og afleveres igen ifm. mål.

Leje af SI-brik koster DKK 20. En ikke afleveret SI-brik skal erstattes med DKK 500. Løbere der har glemt deres brik kan leje en erstatningsbrik på dagen mod betaling af DKK 20.

### Start

Første start kl. 13:00

Der er fremkald 4 min. før start.

Deltagere på baner med sværhedsgraderne Grøn-Begynder og Hvid-Let modtager kortet 2 min. før start og tilbydes starthjælp af en løbsofficial.

Åbne individuelle baner må starte i tidsrummet kl. 13:00 og 14:30

#### Afstande

Parkering til stævneplads max 300 m  
Stævneplads til start max 2000 m for HD13-75 og 1000 m for øvrige.

#### Børnebane

Der er gratis børnebane på stævnepladsen i tidsrummet kl. 13:00 – 15:00.  
Præmie til alle som gennemfører.

#### Service

Der findes toilet på stævnepladsen.  
Stævnet tilbyder en velassorteret kiosk.

Der tilbydes ikke bad.  
Der tilbydes ikke børnepasning.

#### Åbne baner

Der er salg af åbne baner fra stævnepladsen i tidsrummet mellem kl. 13:00 – 14:00. Alle åbne baner startes som Put & Run mellem kl. 13.30 og 14:30

Der tilbydes følgende baner:

Klasse	Sværhedsgrad	Længde
Åben 1	Sort - Svær	7,0 – 8,0 km
Åben 2	Sort - Svær	5,0 – 5,5 km
Åben 3	Blå – Svær 7:500	Ca. 3,5 km
Åben 4	Gul – Mellemsvær	Ca. 4,5 km
Åben 5	Hvid - Let	Ca. 4,0 km
Åben 6	Grøn - Begynder	Ca. 3,0 km

Startafgiften ved forhåndstilmelding for åbne baner er:

Ungdomsklasser, op til D/H-20: DKK 85,-  
Øvrige klasser: DKK 100,-  
Leje af SI brik: DKK 20,-

Startafgiften indbetales til FIF Hillerøds bankkonto i Spar Nord Bank:  
9213 4560075893

Åbne baner kan tilmeldes via O-Service.  
Ved tilmelding på dagen tillægges DKK 10,-

#### Overnatning

Der henvises til vandrerhjem og hyttebyer i Nordsjælland. Kontakt evt. [bosimfif@gmail.com](mailto:bosimfif@gmail.com) for hjælp.

#### Tilmelding

Klubvis gennem o-service, godkendt af klubadministrator i o-service senest fredag den 2. juni 2023.

D20, H20, D21 og H21 skal tilmelde sig via IOF Eventor da klasserne er WRE.  
Tilmelding skal ske [IOF Eventor](#)

For løbere, der ikke har adgang til IOF Eventor, kan man tilmelde sig ved at sende en mail til stævneleder Bo Simonsen, [bosimfif@gmail.com](mailto:bosimfif@gmail.com)

#### Eftertilmelding

Eftertilmelding er mulig i alle klasser indtil og med tirsdag den 6. juni mod et tillæg på DKK 50,- Ellers henvises til åbne baner.

#### Startafgifter

Eliteklasser, H20, D20, H21, D21 DKK 125,-  
Ungdomsklasser, op til D/H-20: DKK 85,-  
Øvrige klasser: DKK 100,-  
Leje af SI brik: DKK 20,-

Startafgiften indbetales til FIF Hillerøds bankkonto i Spar Nord Bank:  
9213 4560075893

IBAN: DK0992134560075893  
BIC: SPNODK22

**Instruktion og  
startlister**

Vil være tilgængelige på hjemmesiden senest onsdag den 7. juni 2023.

**Stævneledelse**

Bo Simonsen, FIF Hillerød Orientering

**Banelægger**

Lars Simonsen, FIF Hillerød Orientering

**Kontrollanter**

Stævnekontrollant, Torben Kristensen, Herlufsholm

Banekontrollant, Sten Skytte Kirkegaard, Tisvilde Hegn OK

**Dommer**

Torben Kristensen, Herlufsholm, leder af jury.

Del af  
Trimtex Cup  
Løberen League