

INSTRUKTION:**INSTRUKTION:**

**Helsingør Ski- og Orienteringsklub (HSOK) inviterer til divisionsmatcher for
1. og 2. division, og til åbne baner i Teglstrup Hegn.**

Søndag den 4. september 2022

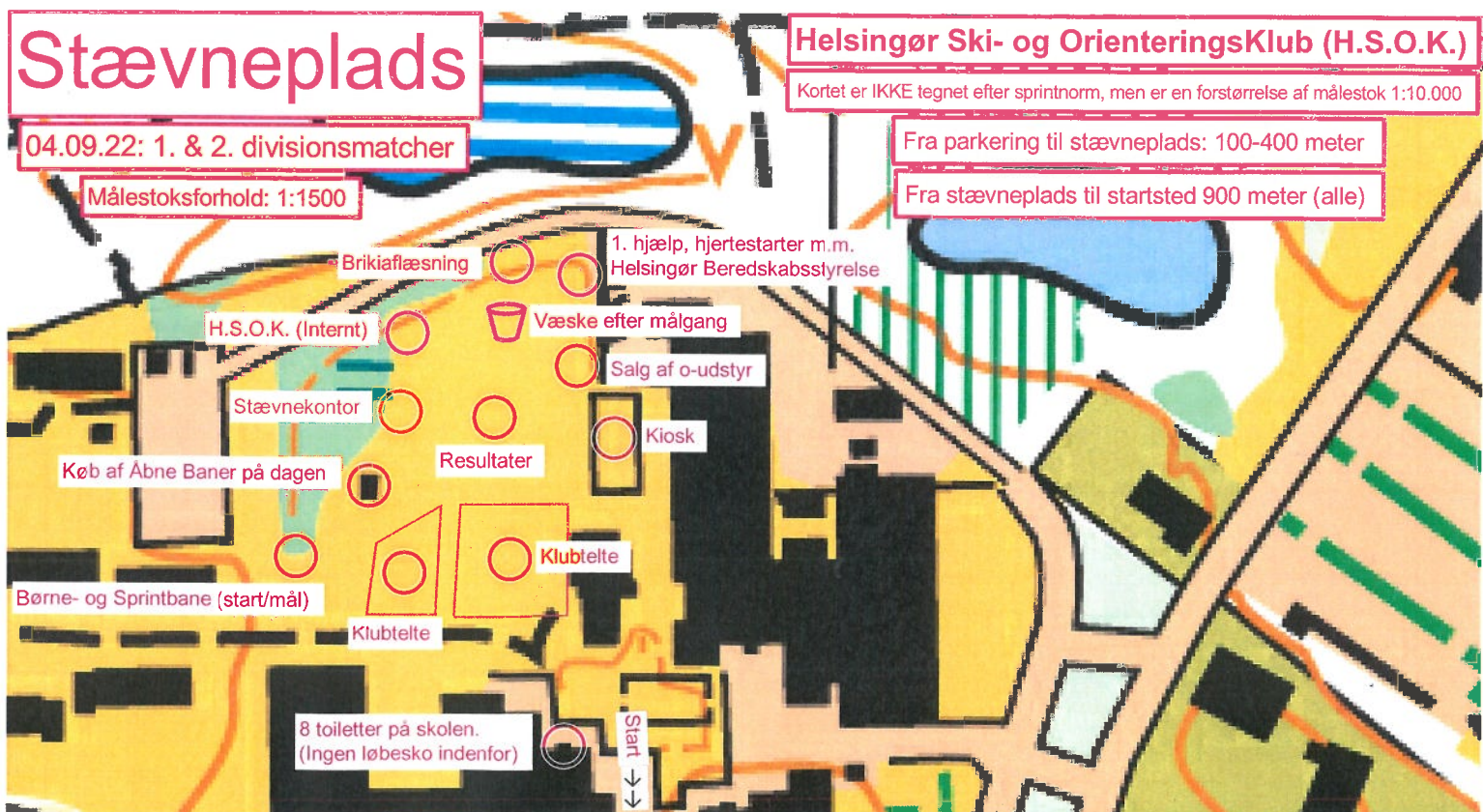
Arrangør	Helsingør Ski- og Orienteringsklub (H.S.O.K.)	
Divisionsmatch	B**** 1. og 2. division – 2. runde	
Dato	4. september 2022	
Deltagende klubber i divisionmatchen	1. division: Allerød OK Farum OK FIF Hillerød Orientering Søllerød OK	2. division: Ballerup OK OK Roskilde OK Sorø Tisvilde Hegn OK
Løbsområde	Teglstrup Hegn Midt	
Parkering	<p>Parkeringspladserne ved skolerne: U/Nord og Helsingør Ungdomsskole. Begge placeret tæt ved hinanden i bunden af Rasmus Knudsens Vej, 3000 Helsingør. Afmærkning fra Esrumvej/Rasmus Knudsens Vej. Følg anvisning fra p-vagter. For at reducere CO2-udledning, anbefaler vi samkørsel.</p>	
Stævneplads	<p>Stor græsplæne på U/Nords arealer. Stævneplads åbner kl. 08.45.</p>	
Afstande	<p>Parkering – Stævneplads: 100 - 400 meter. (Blå/hvid snitzling) Stævneplads – Start: 900 meter. Der er kun et startsted. (Rød/hvid snitzling) Mål lige ved stævnepladsen.</p>	
Kort	<p>Teglstrup Hegn. Målestok: 1:10.000 og 1:7.500, ækvidistance 2.5 m. Kortet er revideret 2021. (Rettelser foretaget i 2022)</p> <p>Kortet er printet på riv- og vandfast papir.</p>	
Definitioner	Løse definitioner ved start. Holder skal medbringes.	

Specialsignaturer	<p>Specialsignaturer:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sten UNDER 1 meter • Sten ifølge IOF norm □ Pumpehus / Brønd ○ Bålplads / Legeredskab • Markant busk ○ Markant træ × Rodkage
Terræn	Typisk Nordsjællandsk blandingskov, med moderat kupering. Veludbygget vej- og stinet.
MTB rute	Mountainbike rute forefindes i skoven. Tag hensyn til hinanden.
Grøfter og mindre moser	Den dejlige varme sommer har afstedkommet, at vandstanden i grøfter og mindre moser er lav eller decideret tørret ud.
Passage af kvæg	Bane 1, Bane 2 og Åben 1 vil passere et græsområde, hvor der <u>muligvis</u> kan mødes kvæg. De er vant til at mennesker færdes i området. Hensyn tages naturligvis ved passage. Noget af græsarealet er omkranset af hegn (resten af færreste) <u>Begge dele må gerne passeres.</u>
Golfbane	Alle baner krydser Helsingør golfbane via skovsti. Forbliv på skovstien = naturligt vejvalg.
Klasser, baner, mm.	I henhold til reglement 2021, Punkt 5,2 (læs nærmere længere nede)
Åbne baner	Forhåndstilmeldte kan gå direkte til start. Evt. SI-lejebrik udleveres ved start (Bortkomne lejebrikker koster 350 kr.) For dem som <u>ikke</u> har tilmeldt sig via o-service inden sidste tilmelding den 26/8 kl. 23.59.59, kan der på løbsdagen købes et begrænset antal åbne baner på stævnepladsen mellem kl. 10.00 - 12.00. (Se banemuligheder på sidste side) Ved tilmelding på dagen udleveres SI-lejebrik ved køb af bane på stævnepladsen.
Åbne baner, startafgift på selve løbsdagen	Grøn/begynder, hvid/let og gul/mellemsvær vil have samme baner som divisionmatchbanerne. Øvrige åbne baner vil have særskilte forløb. Junior D/H -20: 70 kr. + evt. brikleje: 15 kr. Senior D/H 21: 100 kr. + evt. brikleje: 15 kr.
Børne- og sprintbane	På stævnepladsen. Start fra kl. 10.00. (Gratis at deltage) Kort udleveres med alm. bane i målestoksforhold 1:1.000. Der er både billeder og SportIdent på posterne. Medbring selv SI-brik. Banen er samtidig markeret med gul/sort snitzling. Banen er 600 meter med 12 poster. Der er en lille præmie til alle børn, som gennemfører.
Børnepasning	Tilbydes ikke.
Kontrolsystem	SportIdent. SIAC (touch-free) brikker anvendes som almindelige brikker, da der ikke er touch-free tidsregning. Ved evt. svigt af elektronisk stempling, skal posten klippes manuelt med klippetangen i reserfefelterne på kortet.

Start tider	<p>1. division: Første start kl. 9.30. 2. division: Første start kl. 11.05.</p> <p>1. division: Bane 7 & 10 har fri start (put & run), fra kl. 9.30. 2. division: Bane 7 & 10 har fri start (put & run), fra kl. 11.05.</p> <p>Åbne baner (forhåndstilmeldte og tilm. på dagen) har fri start (put & run), fra kl. 10.15 til 12.15.</p>
Startprocedure	<p>Basis start interval, 2 min.</p> <p>Put and Run løbere har fri start, men fordeles jævnt af startpersonalet. Husk at foretage "clear" og "check" af SI-brikken inden fremkald. Clear og Check enheder opstilles ved start. Det er folks eget ansvar, at tjekke at SI-briknummer stemmer overens med startlistens briknr.</p> <p>Lejebrikker udleveres ved start.</p> <p>Startprocedure:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 4 minutter før start - når uret viser din starttid - fremkaldes deltagerne til 1. startboks. Lejebrik udleveres her. (Bortkomne lejebrikker koster 350 kr.) - 3 minutter før start, træder deltagerne ind i 2. startboks. Her findes løse postdefinitioner til deltagere med holdere til disse. Postdefinitioner er også trykt på løbskortet med IOF-symboler. - 2 minutter før start, træder deltagerne ind i 3. startboks. Deltagerne i grøn begynder (Bane 10) og hvid let (Bane 7) må her tage deres løbskort fra kortkasse, for egen klasse, og se på det. Skygning er tilladt på Bane 7 & 10. - 1 minut før start træder deltagerne ind i sidste startboks. Her tager øvrige løbere deres løbskort fra kortkasse for egen klasse. Det er ikke tilladt at kigge på kortet før startøjeblikket. Det er løberens eget ansvar at tage det rigtige kort. <p>Startsted og startpunkt er samme sted.</p> <p>For sent startende løbere skal henvende sig til startpersonalet, som vil være behjælpelig med startforløbet.</p>
Skygning	Ifølge reglementet er skygning tilladt i klasser med sværhedsgraden grøn/begynder og hvid/let
Fairplay	<p>Vi opfordrer til, at personer, som skal skygge løber på grøn/begynder og hvid/let, ikke selv skal løbe samme bane efterfølgende.</p> <p>Løbskort beholdes ved målpassage. Vi opfordrer ligeledes til, at løbskort ikke vises til kommende startende.</p>
Væske	<p>Væske (vand) ved målpassage.</p> <p>Endvidere er der i skoven væske (vand) på: Bane 1 – Bane 2 – Åben 1 (Passeres mellem to poster – Bæger markeret på løbskort)</p> <p>Begge steder vil der være personale, som hælder vandet op.</p>
Mål & brikaflæsning	<p>Ved målpassage stemples mål-enheden, hvorefter der fortsættes til aflæsning af SI-brik. Fra målpassage til brikaflæsning: 50 meter. (Følg afmærkning)</p> <p>Lejebrikker afleveres til målpersonalet. Også udgåede løbere skal aflæse deres brik.</p>
Max. tid & Udgåede løbere	<p>2,5 time. Løbere, over denne tid, vil blive diskvalificerede.</p> <p>Skal melde sig i målteltet for registrering.</p>

Toiletter	8 "rigtige" toiletter på skolen ved stævneplads. (Inden løbesko indendørs på skolen) 2 mobile toiletter ved start. Da både stævneplads og start ligger lige ved beboelse skal store OG små "gøremål" klares på de annoncerede toiletter.
Kiosk	Der vil være en velassorteret kiosk på stævnepladsen. Kontanter & MobilePay kan benyttes.
Overtrækstøj	Der er ikke transport af overtrækstøj fra start.
Bad	Bademulighed forefindes ikke.
Hjertestarter og 1. hjælp	Helsingør Beredskabsstyrelse vil være på stævnepladsen og har alt det nødvendige – hjertestarter m.m.
Nødnr. på kortet	På løbskortet er der et nødnr. (Tlf. 22 97 17 76)
Resultater	Offentliggøres løbende på stævnepladsen og på live Results: https://liveresultat.orientering.se/ Efter løbet vil resultaterne være tilgængelige på HSOK's hjemmeside: https://www.hsok.dk/divisions-match-2022/ , samt på O-track, WinSplits og O-result.

Stævneledere	Lene Jensen og Mette Seir Hansen – HSOK Tlf. 22 97 17 76 og Mail: LaMet@stofanet.dk
Stævnekontrollant	Max Prang – Fredensborg OK (jury formand)
Banelægger	Frank Krogsgaard Johansen – HSOK
Banekontrollant	Keld Hinge Krogsgaard – Silkeborg OK
Jury	Charlotte Bergmann (Allerød) – Tim Falck Weber (Tisvilde) – Bo Simonsen (Hillerød)



Banenøgle 1. og 2. division:

Klasse	Sværhedsgrad	Bane	Målestok	Længde	Antal poster	Væske
Begynder	Grøn Begynder	10	1:7.500	2,8 km.	10	
D10/H10	Grøn Begynder	10	1:7.500	2,8 km.	10	
D12/H12	Hvid Let	7	1:7.500	3,4 km.	12	
D12B/H12B	Grøn begynder	10	1:7.500	2,8 km.	10	
D14	Gul Mellemsvær	9	1:10.000	4,1 km.	11	
D14B/H14B	Hvid Let	7	1:7.500	3,4 km.	12	
D16	Sort svær	4	1:10.000	4,9 km.	16	
D18	Sort svær	2	1:10.000	6,6 km.	19	1
D20	Sort Svær	2	1:10.000	6,6 km.	19	1
D20B	Gul Mellemsvær	9	1:10.000	4,1 km.	11	
D21	Sort Svær	2	1:10.000	6,6 km.	19	1
D21B	Gul mellemsvær	9	1:10.000	4,1 km.	11	
D40	Sort svær	3	1:10.000	5,6 km.	18	
D45B	Gul mellemsvær	9	1:10.000	4,1 km.	11	
D50	Sort svær	4	1:7.500	4,9 km.	16	
D60	Blå Svær	5	1:7.500	3,9 km.	14	
D70	Blå Svær	8	1:7.500	2,9 km.	9	
D Let	Hvid Let	7	1:7.500	3,4 km.	12	
H14	Gul Mellemsvær	6	1:10.000	4,9 km.	14	
H16	Sort Svær	3	1:10.000	5,6 km.	18	
H18	Sort Svær	1	1:10.000	7,8 km.	22	1
H20	Sort Svær	1	1:10.000	7,8 km.	22	1
H20 B	Gul Mellemsvær	6	1:10.000	4,9 km.	14	
H21	Sort Svær	1	1:10.000	7,8 km.	22	1
H21B	Gul Mellemsvær	6	1:10.000	4,9 km.	14	
H40	Sort Svær	2	1:10.000	6,6 km.	19	1
H45B	Gul Mellemsvær	6	1:10.000	4,9 km.	14	
H50	Sort Svær	3	1:7.500	5,6 km.	18	
H60	Sort Svær	4	1:7.500	4,9 km.	16	
H70	Blå Svær	5	1:7.500	3,9 km.	14	
H80	Blå Svær	8	1:7.500	2,9 km.	9	
H Let	Hvid Let	7	1:7.500	3,4 km.	12	

Åbne baner:

Klasse	Sværhedsgrad	Målestok	Længde	Antal poster	Væske
Åben 1	Sort Svær	1.10.000	7,5 km.	21	1
Åben 2	Sort Svær	1.7.500	5,9 km.	19	
Åben 3	Blå Svær	1.7.500	3,8 km.	12	
Åben 4	Gul Mellemsvær	1.7.500	4,1 km.	11	
Åben 5	Hvid Let	1.7.500	3,4 km.	12	
Åben 6	Grøn Begynder	1.7.500	2,8 km.	10	

Sidst opdateret: 29.08.22