



Helsingør Ski- og Orienteringsklub (HSOK) og OK ØST Birkerød inviterer til åbne SM-mesterskaber i MTBO lørdag d. 21.10. og søndag d. 22.10. i Danstrup- og Krogenberg Hegn og Gribskov Nord og Harager Hegn.

Arrangør	Helsingør Ski- og Orienteringsklub (HSOK) og OK ØST Birkerød																																																																																															
Stævne	Åbent <b>Sjællandsmesterskabet i mellem- og lang distance</b> . Både danskere og udlændinge kan deltage. Det er kun Sjællandske deltagere der kan vinde medalje. Det er 2 selvstændige stævner, så man kan nøjes med et løb.																																																																																															
Dato	Mellemdistance lørdag den 21. oktober Langdistance søndag den 22. oktober																																																																																															
Løbsområde	Lørdag: Danstrup- og Krogenberg Hegn Søndag: Gribskov Nord og Harager Hegn. <b>Der er givet dispensation, da skoven ellers er lukket til DM Ultralang i 2024, dispensationen gælder ikke for H/D 21.</b>																																																																																															
Mødested	Lørdag: Dansk Pony Væddeløbsforenings travbane. Indkørsel fra Helsingørvej i Kvistgård. Søndag: P-pladser på vej 205.																																																																																															
Kort	Lørdag: Danstrup- og Krogenberg Hegn 1:10.000 Søndag: Gribskov Nord og Harager Hegn 1:10.000 og 1:15.000																																																																																															
Regler	Stævnet er underlagt Dansk Orienterings-Forbund og følger MTBO Reglement 2023: <a href="https://do-f.dk/dansk-orienterings-forbund/vejledninger-reglement-arkiv/reglement-mtbo-2017/download">https://do-f.dk/dansk-orienterings-forbund/vejledninger-reglement-arkiv/reglement-mtbo-2017/download</a> <b>Det er deltagerens ansvar at kende og følge reglerne.</b> MTBO køres på stier og veje. Det er <b>forbudt at begive sig udenfor skovens stisystem</b> eller spor, der ikke er gengivet på kortet.																																																																																															
Klasser	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Klasse</th> <th>Vinder tid Mellem i min.</th> <th>Vinder tid Lang i min.</th> <th>Sværhedsgrad</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>H/D-12</td><td>30</td><td>30</td><td>Grøn begynder</td></tr> <tr><td>D-14</td><td>35</td><td>55</td><td>Gul mellemsvær</td></tr> <tr><td>D-17</td><td>40</td><td>70</td><td>Sort svær</td></tr> <tr><td>D-20</td><td>40</td><td>90</td><td>Sort svær</td></tr> <tr><td>D21</td><td>55</td><td>110</td><td>Sort svær</td></tr> <tr><td>D40</td><td>60</td><td>110</td><td>Sort svær</td></tr> <tr><td>D50</td><td>60</td><td>110</td><td>Sort svær</td></tr> <tr><td>D60</td><td>60</td><td>110</td><td>Sort svær</td></tr> <tr><td>D70</td><td>60</td><td>110</td><td>Blå svær</td></tr> <tr><td>D75</td><td>60</td><td>110</td><td>Blå svær</td></tr> <tr><td>D80</td><td>60</td><td>110</td><td>Blå svær</td></tr> <tr><td>H-14</td><td>35</td><td>55</td><td>Gul mellemsvær</td></tr> <tr><td>H-17</td><td>40</td><td>70</td><td>Sort svær</td></tr> <tr><td>H-20</td><td>40</td><td>90</td><td>Sort svær</td></tr> <tr><td>H21</td><td>55</td><td>110</td><td>Sort svær</td></tr> <tr><td>H40</td><td>60</td><td>110</td><td>Sort svær</td></tr> <tr><td>H50</td><td>60</td><td>110</td><td>Sort svær</td></tr> <tr><td>H60</td><td>60</td><td>110</td><td>Sort svær</td></tr> <tr><td>H70</td><td>60</td><td>110</td><td>Blå svær</td></tr> <tr><td>H75</td><td>60</td><td>110</td><td>Blå svær</td></tr> <tr><td>H80</td><td>60</td><td>110</td><td>Blå svær</td></tr> <tr><td>H85</td><td>60</td><td>110</td><td>Blå svær</td></tr> </tbody> </table>				Klasse	Vinder tid Mellem i min.	Vinder tid Lang i min.	Sværhedsgrad	H/D-12	30	30	Grøn begynder	D-14	35	55	Gul mellemsvær	D-17	40	70	Sort svær	D-20	40	90	Sort svær	D21	55	110	Sort svær	D40	60	110	Sort svær	D50	60	110	Sort svær	D60	60	110	Sort svær	D70	60	110	Blå svær	D75	60	110	Blå svær	D80	60	110	Blå svær	H-14	35	55	Gul mellemsvær	H-17	40	70	Sort svær	H-20	40	90	Sort svær	H21	55	110	Sort svær	H40	60	110	Sort svær	H50	60	110	Sort svær	H60	60	110	Sort svær	H70	60	110	Blå svær	H75	60	110	Blå svær	H80	60	110	Blå svær	H85	60	110	Blå svær
	Klasse	Vinder tid Mellem i min.	Vinder tid Lang i min.	Sværhedsgrad																																																																																												
H/D-12	30	30	Grøn begynder																																																																																													
D-14	35	55	Gul mellemsvær																																																																																													
D-17	40	70	Sort svær																																																																																													
D-20	40	90	Sort svær																																																																																													
D21	55	110	Sort svær																																																																																													
D40	60	110	Sort svær																																																																																													
D50	60	110	Sort svær																																																																																													
D60	60	110	Sort svær																																																																																													
D70	60	110	Blå svær																																																																																													
D75	60	110	Blå svær																																																																																													
D80	60	110	Blå svær																																																																																													
H-14	35	55	Gul mellemsvær																																																																																													
H-17	40	70	Sort svær																																																																																													
H-20	40	90	Sort svær																																																																																													
H21	55	110	Sort svær																																																																																													
H40	60	110	Sort svær																																																																																													
H50	60	110	Sort svær																																																																																													
H60	60	110	Sort svær																																																																																													
H70	60	110	Blå svær																																																																																													
H75	60	110	Blå svær																																																																																													
H80	60	110	Blå svær																																																																																													
H85	60	110	Blå svær																																																																																													
	Banelængder angivet i forventet vindertid. Der udbydes åbne baner i begrænset omfang.																																																																																															

Kontrol/Tidstagning	Der anvendes elektronisk tidtagning: SPORTIdent Touch-free kort afstand. Alle brikker kan bruges, du skal bare stemple posten, hvis den ikke er Touch-free.	
Start	Individuel start. Første start: Kl. 13 lørdag og søndag kl. 10.	
Startafgift og Åbne baner i O-service:	Junior D/H -20: 70,00 kr. + evt. brikleje Senior D/H 21-: 100,00 kr. + evt. brikleje. Lejebrikker: DKK 30,- Bortkomne brikker koster DKK 500,-	
Åbne baner på dagen	Junior D/H -20: 80,00 kr. + evt. brikleje Senior D/H 21-: 110,00 kr. + evt. brikleje.	
Tilmelding:	Klubvis via o-service senest søndag, d. 15. oktober 2023 kl. 23.59.	
Udenlandske ryttere:	Lørdag tilmelding til <a href="mailto:LaMet@stofanet.dk">LaMet@stofanet.dk</a> Søndag tilmelding til <a href="mailto:tove.andersen@ymail.com">tove.andersen@ymail.com</a> Husk navn, Si, bane og klub. Tilmeldingsfrist 15/10 kl. 23.59. Efter sidste tilmelding henvises til åbne baner på dagen.	
Lørdag:	Betaling skal ske ved bankoverførsel til: HSOK's bankkonto: Nordea - Registreringsnr.: 2255 kontonr.: 0274114126	
Søndag:	Betaling skal sker ved bankoverførsel til OK Øst Birkerød's bankkonto: Jyske Bank – Registreringsnr.: 5028 Kontonr.: 0001334172	
Udlændinge	Udenlandske løbere betaler kontant på dagen inden løbet.	
Præmier	SMmedaljer til nr. 1 fra Sjællandske klubber. Ingen præmier til åbne baner.	
Stævneleder	Mette Seir Hansen - HSOK Mail: <a href="mailto:LaMet@stofanet.dk">LaMet@stofanet.dk</a>	Tove Andersen - OK Øst Birkerød Mail: <a href="mailto:Tove.andersen@ymail.com">Tove.andersen@ymail.com</a>
Stævnekontrol	Carsten Thye Agger – HSOK	Bjarke Sucksdorff – Allerød OK
Banelægger	Laus Seir Hansen - HSOK	Jes Henrik Steen – OK Øst Birkerød
Banekontrol	Flemming Wendelboe - HSOK	Jan Hausner – SG