



**Helsingør Ski- og Orienteringsklub (HSOK) inviterer til åbne mellemdistance SM-mesterskaber  
i MTBO lørdag d. 23.11.2024.**

Arrangør	Helsingør Ski- og Orienteringsklub (HSOK)		
Stævne	Åbne <b>Sjællandsmesterskabet i mellem distance</b> . Både danskere og udlændinge kan deltage. Det er kun Sjællandske deltagere der kan vinde medalje.		
Dato	Lørdag den 23. november 2024		
Løbsområde	Teglstrup Hegn		
Mødested	HSOK's klubgård, Gl. Hellebækvej 63 A, 3000 Helsingør. Der er omklædning, bad, sauna og indendørs hygge.		
Kort	Teglstrup Hegn 1:10.000		
Regler	Stævnet er underlagt Dansk Orienterings-Forbund og følger MTBO Reglement 2023. <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	<b>Klasse                      Vinder tid                      Sværhedsgrad</b> <b>   Mellem i min.</b>		
	H/D-12	30	Grøn begynder
	D-14	35	Gul mellemsvær
	D-17	40	Sort svær
	D-20	40	Sort svær
	D21	55	Sort svær
	D40	60	Sort svær
	D50	60	Sort svær
	D60	60	Sort svær
	D70	60	Blå svær
	D/H75	60	Blå svær
	D/H80	60	Blå svær
	H-14	35	Gul mellemsvær
	H-17	40	Sort svær
	H-20	40	Sort svær
	H21	55	Sort svær
	H40	60	Sort svær
	H50	60	Sort svær
	H60	60	Sort svær
	H70	60	Blå svær
	Åben Lang	12 km.	Sort svær
	Åben Mellem	8 km.	Sort svær
	Åben kort	7 km.	Gul mellemsvær
	Banelængder er angivet i forventet vindertid. Der er 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.		

<p>Startafgift og Åbne baner i O-service:</p> <p>Åbne baner på dagen</p>	<p>Junior D/H -20: 70,00 kr. + evt. brikleje</p> <p>Senior D/H 21-: 100,00 kr. + evt. brikleje.</p> <p>Lejebrikker: DKK 20,- Ikke touch-free.</p> <p>Bortkomne brikker koster DKK 500,-</p> <p>Junior D/H -20: 80,00 kr. + evt. brikleje</p> <p>Senior D/H 21-: 110,00 kr. + evt. brikleje.</p>
<p>Tilmelding:</p> <p>Udenlandske ryttere:</p>	<p>Klubvis via o-service senest søndag, d. 17. november 2024 kl. 23.59.</p> <p>Betaling skal ske ved bankoverførsel til: HSOK's bankkonto:</p> <p>Nordea - Registreringsnr.: 2255 kontonr.: 0274114126</p> <p>Tilmelding til <a href="mailto:LaMet@stofanet.dk">LaMet@stofanet.dk</a></p> <p>Husk navn, Si, bane og klub. Tilmeldingsfrist 17/11 kl. 23.59.</p> <p>Efter sidste tilmelding henvises til åbne baner på dagen.</p> <p>Udenlandske løbere betaler kontant på dagen inden løbet.</p>
<p>Præmier</p>	<p>SMmedaljer til nr. 1 -3 i ungdomsklasser og D21 og H21 fra Sjællandske klubber. Øvrige klasser 1 medalje. Ingen præmier til åbne baner.</p>
<p>Stævneleder</p>	<p>Mette Seir Hansen - HSOK</p> <p>Mail: <a href="mailto:LaMet@stofanet.dk">LaMet@stofanet.dk</a></p>
<p>Stævnekontrol</p>	<p>Preben Brinch - HSOK</p>
<p>Banelægger</p>	<p>Laus Seir Hansen - HSOK</p>
<p>Banekontrol</p>	<p>Flemming Wendelboe – HSOK</p>