

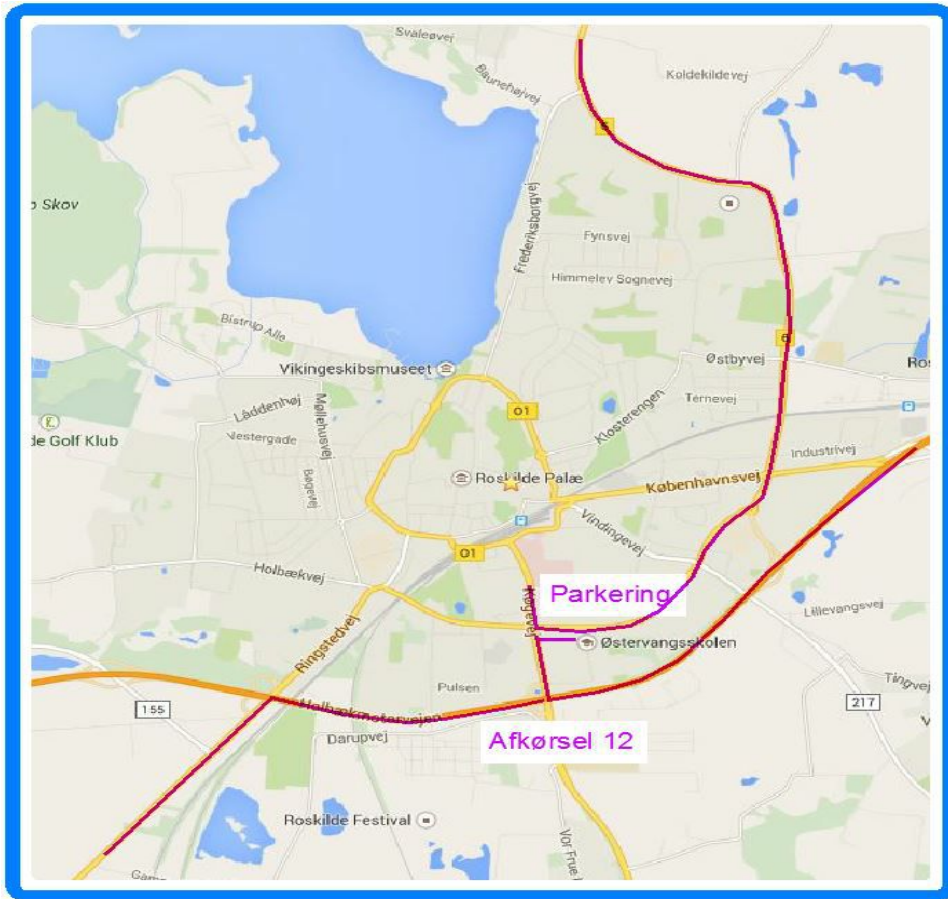


Instruktion for

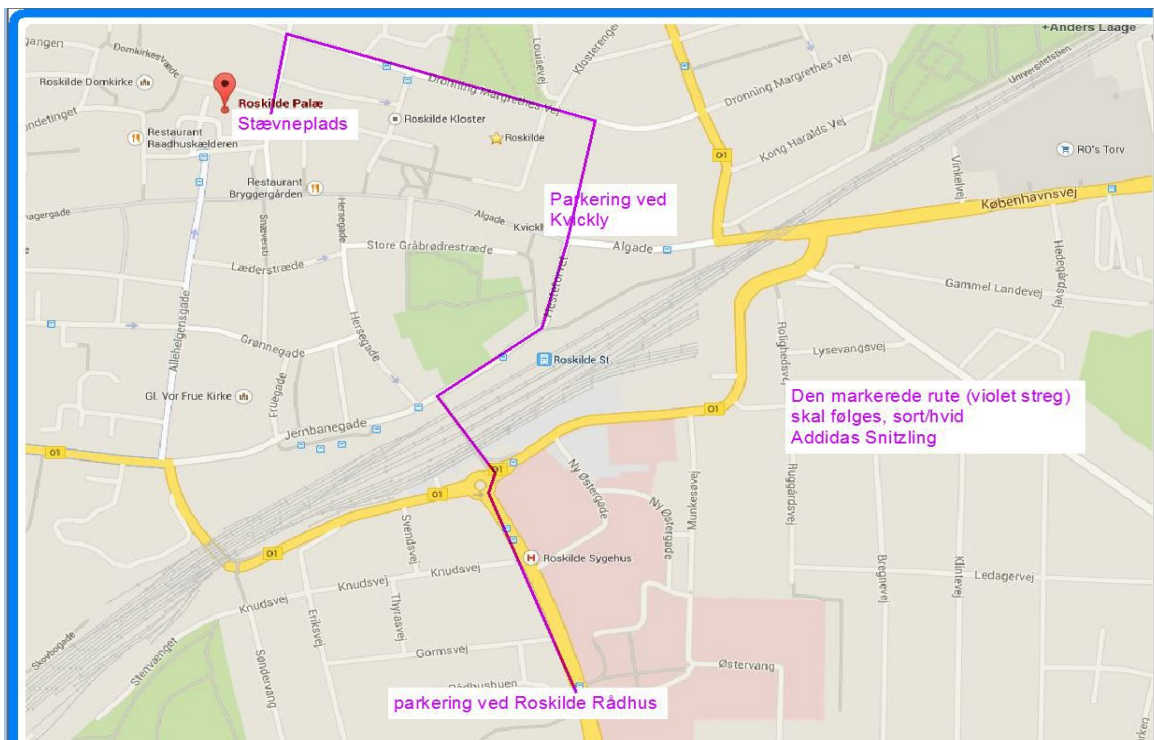
DM SPRINT

LØRDAG D. 30. MAJ 2015

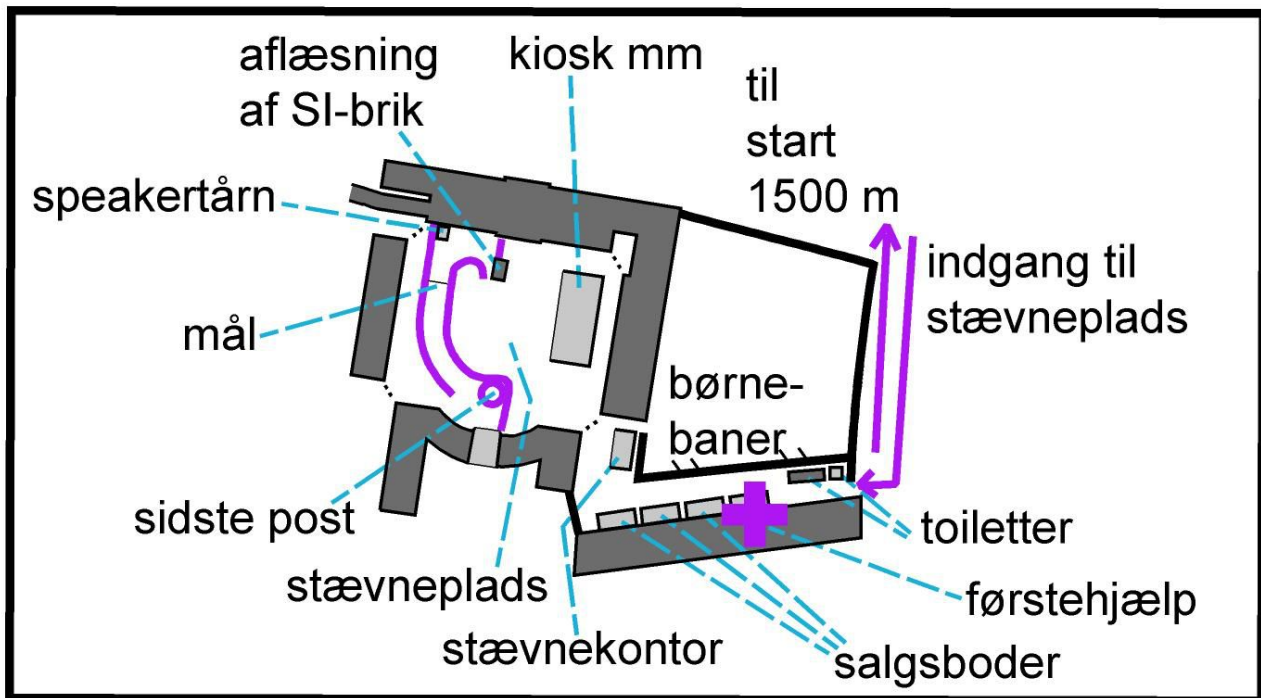
Arrangør	Orienteringsklubben Roskilde
Klassifikation	DM Sprint, 5 stjernnet A stævne / WRE
Stævnecenter /plads	<p>Palægården i Roskilde. Der findes et stort kiosk telt, det er ikke muligt og tilladt at opsætte klubtelte.</p> <p>Det er ikke muligt og tilladt at opsætte klubflag vha. jordspyd – der må ikke anvendes pløkke på stævnepladsen. I stedet vil vi gerne benytte klubflag til en flagportal vi etablerer i opløbet, så medbring meget gerne jeres klubflag.</p> <p>Stævnepladsen åbner kl 13.30.</p>
Parkering	<p>Ved Roskilde Rådhus, skærm opsat ved krydset Køgevej / Østervang, p-vagternes anvisning skal følges.</p> <p>Begrænset parkering ved Kvikly p-plads Sortebrødrestreæde, ingen p-vagter her, evt. afsætningsplads for ældste løbere.</p> <p>Det anbefales at man benytter rådhusets p-plads. Fra parkering skal den snitzlede gangvej som anført i denne instruktion følges, se også skitse. Afvigelse herfra vil medføre diskvalifikation.</p>
Omklædning / bad	Østervangsskolen, Astersvej. Åben 13.00 -20.00
Kørselsvejledning	<p>På grund af 2 andre store arrangementer i Roskilde samme dag, anbefales det at følge ruterne som anført på tilkørselsskitse i denne instruktion og påregne ekstra tid. Der kan være mere trafik omkring byen pga. disse arrangementer.</p> <p>På grund af dette kan toget tages med fordel; der er ingen parkeringsproblemer og der er kortere at gå til stævnepladsen fra stationen end fra p-pladsen.</p>





Tilkørselsveje



Gangvej fra parkering til start.

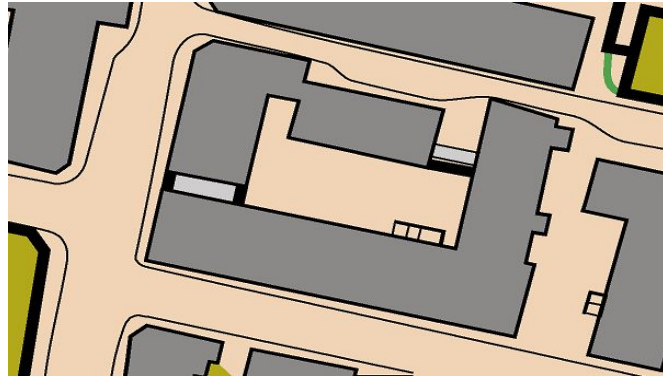


Afstande	P-plads ved rådhus til stævneplads: 1700 m, snitzlet, sort-hvid Addidas snitzling Stævneplads til start: 1500 m, rød/hvid snitzling Start – opvarmningsområde, 250 m, følg sort-hvid Addidas snitzling																												
Overnatning i løbsområdet	Hotel Prindsen: Hele lørdag: For deltagere i DM-sprint er det ikke tilladt at færdes ved hotellet før efter sidste start. Søndag – fri færdsel Scandic Hotel: Det er tilladt at færdes til hotellet under hele weekenden. Dog skal adgang til/fra hotellet foregå via Søndre Ringvej og syd om det afspærrede løbsområde, jvf. løbets hjemmeside. Bed and Breakfast Roskilde City: Hele lørdag: For deltagere i DM-sprint er det ikke tilladt at færdes ved B&B'et før efter sidste start. Søndag – fri færdsel																												
Klasser	Længde og postantal <table border="1"> <thead> <tr> <th>Klasse</th> <th>Længde (m)</th> <th>Poster</th> <th>Stigning (m)</th> <th>Klasse</th> <th>Længde (m)</th> <th>Poster</th> <th>Stigning (m)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>D21</td> <td>3520</td> <td>22</td> <td>25</td> <td>H21</td> <td>3900</td> <td>23</td> <td>32,5</td> </tr> </tbody> </table> <p>Ifølge IOF's reglement for WRE-sprintklasser opgives distancen som kortest mulige vejvalg</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Klasse</th> <th>Længde (m)</th> <th>Poster</th> <th>Klasse</th> <th>Længde (m)</th> <th>Poster</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>D -12</td> <td>1310</td> <td>16</td> <td>H -12</td> <td>1310</td> <td>16</td> </tr> </tbody> </table>	Klasse	Længde (m)	Poster	Stigning (m)	Klasse	Længde (m)	Poster	Stigning (m)	D21	3520	22	25	H21	3900	23	32,5	Klasse	Længde (m)	Poster	Klasse	Længde (m)	Poster	D -12	1310	16	H -12	1310	16
Klasse	Længde (m)	Poster	Stigning (m)	Klasse	Længde (m)	Poster	Stigning (m)																						
D21	3520	22	25	H21	3900	23	32,5																						
Klasse	Længde (m)	Poster	Klasse	Længde (m)	Poster																								
D -12	1310	16	H -12	1310	16																								

	D -14	1790	17	H -14	1790	17
	D -16	1950	19	H -16	2190	23
	D- 20	2020	21	H- 20	2370	22
	D 35-	1950	19	H 35-	2190	23
	D 40-	1760	19	H 40-	1960	18
	D 45-	1760	19	H 45-	1960	18
	D 50-	1690	18	H 50-	1720	18
	D 55-	1690	18	H 55-	1720	18
	D 60-	1550	16	H 60-	1580	17
	D 65-	1550	16	H 65-	1580	17
	D 70-	1550	16	H 70-	1550	16
	D 75-	1550	16	H 75-	1550	16
				H 80-	1550	16
				H 85-	1550	16
Poster	<p>Poster består af skærm, SI enhed og stativ og afhængig af underlaget er stativet placeret i jorden eller i en orange afspærringscylinder, se billeder nedenfor:</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>					
Radioposter	2 radioposter					
Væskeposter	Ingen, der er væske ved start og i mål.					
TrackTrack	Udvalgte løbere i H21 & D21 skal løbe med TrackTrack, se separat liste. TrackTrack udleveres ved start.					
Kontrolsystem	SportIdent. Lejebrikker udleveres ved start og afleveres i mål.					
Kort	Roskilde By, offset tryk, nytegnet 2015, målestok: 1:4.000, ækvidistance 2,5 m					

Forbudte områder markeret med violet skravering skal respekteres.

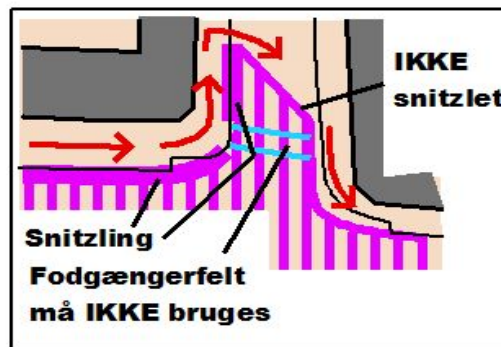
Enkelte områder, der på kortet er tilladte at passere, men ikke mulige at komme ind til såfremt lågerne dertil er låste, er ikke markeret med olivengrøn (jvf. kortnormen) men medtaget som normale områder. Dette har vi gjort, da vi ikke kan være sikre på, at alle låger vil være lukkede på løbstidspunktet. Dette giver løberen en bedre mulighed for at finde sin position. Se kortet for et eksempel



Lukket gård – tegnet med

Det pointeres at ingen oplagte vejvalg går igennem disse områder eller poster er placeret i disse områder.

De fleste klasser kan passere et trafikeret kryds med lysregulering. For at undgå at løbere bliver stoppet af trafiklys og/eller bliver til fare for billister, er det ikke tilladt at passere tæt ved krydset eller over fodgængerfeltet, se skitse:



Derfor er der opsat snitzling som ikke må passeres. Det er ikke tilladt at krydse vejen, hvor der er markeret med forbudt markering. Den tykke violette streg repræsenterer snitzlingen. Den tynde violette streg er sat på, for at

	tydeliggøre grænsen af det forbudte område. Denne er ikke snitzlet. De røde pile viser det tilladte løbstrace.
Opvarmningsområde – og kort.	Opvarmningskort forefindes ved start. Skal returneres ved start eller smides i skraldespand.
Anlægsarbejder	Der foregår en del anlægsarbejder omkring stævnepladsen. Disse byggepladser er anført med skravering på løbskortet.
Postdefinitioner	Trykt på løbskortet. Løse definitioner findes ved start, skal placeres i definitionsholder.
Brystnumre	Alle deltagere skal bære brystnummer, er ophængt ved start.
Start	Løberne er selv ansvarlig for at gå frem til start 4 min før starttid. For sent startende kontakter startpersonalet, starter når det passer ind i banens start forløb. Deltagere i D-12 og H-12 får løbskortet 2 minutter før start, øvrige løbere i startøjeblikket. Der er væske ved start.
Karantæne & karantæneområde	Løbere i klasserne H/D21 skal registreres ved start senest kl. 15.15 og må herefter kun befinde sig ved start, i karantæneområdet eller mellem start og karantæneområdet. Løbere der møder for sent op kan blive diskvalificeret. Karantæneområdet er givet ved opvarmningskortet. Overtræktøj for disse løbere transporteres fra start tilbage til stævnepladsen.
Mål	Løberen skal stemple målposten. Løbskortet afleveres i mål, mindekort udleveres klubvis. Væske findes i mål. Max tid alle klasser: 50 min.
Toiletter	Findes ved stævnepladsen og i opvarmningsområdet.
Overtrækstøj	Transporteres ikke fra start til mål, med undtagelse for H/D 21, se tekst om karantæne.
Trafik	Alle baner passerer trafikerede veje også lette og mellem-svære baner, omend trafikken er begrænset på løbstidspunktet. Forældre / klubberne er ansvarlige for at instruere deres børn / ungdomsløbere i at begå sig i sprintløb under disse betingelser.
Præmier	I klasserne H/D 21- modtager vinderne Danmarks Idræts-Forbunds (DIF) mesterskabsmedaljer. Nr. 2 og 3 modtager hhv. DOFs sølv- og bronzemedalje for klassen. De hurtigste i alle andre klasser præmieres med DOFs medaljer i hhv. guld, sølv og bronze. Udenlandske løbere kan ikke modtage DM-medaljer. Præmieoverrækkelse annonceres på stævnepladsen, forventes ca. 17.45
Åbne baner	Der udbydes åbne baner: <ul style="list-style-type: none"> • let, 1300 m, 16 poster

	<ul style="list-style-type: none"> • mellemsvær, 1800 m, 18 poster • svær kort, 1500 m, 16 poster • svær lang, 2200 m, 23 poster <p>sælges ved stævnekontoret fra kl 15-16.30, start mellem 17 – 17.30. Startafgift H/D-20: DKK 50, H/D21- DKK 80 SI lejebrik: DKK 25</p>
Børnebane & parkering	Gratis børnebane og børneparkering i perioden 14.00 -18.00
Kiosk	Kiosk med begrænset vareudvalg findes på stævnepladsen. Der kan anvendes mobile pay.
Klage og protest	I henhold til DOF reglement § 7.8 og § 7.9. Indgivelse sker ved henvendelse til Stævnekontoret på Stævnepladsen.
Stævneorganisation	<p>Stævneleder: Anders Laage Kragh anders@laagekragh.dk, +45 23 23 62 50, Banelægger: Andreas Hougaard Boesen, OK Roskilde. Banekontrol: Gert Nielsen, Allerød OK. Korttegner: Asger Jensen, OK Roskilde IOF Event Advisor: Finn Blom Christensen, Lyngby OK Juryformand: Finn Blom Christensen, Lyngby OK Jurymedlemmer: Ellis Sommer, OK Øst Karl Kristian Terkelsen, OK Gorm Flemming Nørgaard, OK PAN</p>
Støtte	Stor tak til DOFs og OK Roskilde sponsorer for støtte til vores sport og stor tak til Roskilde Kommune for direkte støtte til arrangementet.



ROSKILDE
KOMMUNE