



INSTRUKTION TRAIL- (PRÆ) ORIENTERING

SØNDAG DEN 9 OKTOBER 2016

OK ROSKILDE's 2. TRAIL-ORIENTERING



- STÆVNECENTER:** OK Roskildes klubhus, Bjældevej 20, 4000 Roskilde, beliggende vestlige bydel mod Svogerslev. Åbner kl 0900.
For kørestolsbrugere er der ved klubhuset oprettet 3-4 P-pladser
- LØBSOMRÅDE:** Himmelev skov, Herregårdsvej 61, 4000 Roskilde, beliggende NØ for byen.
Følg parkeringsvags anvisninger, handicap parkering på lille p-plads syd for vejen, Øvrige parkerer efter anvisning. Klar fra kl.1000.
Evt. toilet, her må benyttes Rideklubbens.
- AFSTANDE:** Fra stævnecenter til løbsområde, ca. 8 km. benyt Ringvej 2 "O2", eller modsat.
Parkering til start tidskontrol ca. 500 meter
Mål til parkering ca. 500 meter
- TIDSKONTROL:** Første start kl. 1030.
Elite banen har 3 ud af 6 skærme, max-tid 90 sekunder, deltageren bestemmer inden start om disse skal udleveres samlet eller enkeltvis, overskridelse tillægges 60 sekunder, for hver forkerte post tillægges 60 sekunder til tiden.
B banen har 1 ud af 4 skærme, max-tid 60 sekunder, overskridelse tillægges 60 sekunder, forkert post tillægges 120 sekunder.
Begge baner: Når udøveren er placeret, udpeges kontrollerne, inden kortet udleveres. Når kortet udleveres lyder kommandoen "tidtagningen begynder nu" og når der mangler 10 sekunder, lyder kommandoen "10 sekunder", når tiden er slut lyder det "tiden gået" samtidig stopper tiden og kortene afleveres.
- TRAIL - BANEN:** Starter umiddelbart efter tidsposten. Husk at markere SportIdent i start enheden. Her findes også Clear og Tjek enheder. Husk egen stiftklemme til at markere i startkortet.
Elite - banen, blå markering, 2,0 km med 20 kontroller, max-tid 120 minutter, Para 135 minutter. Der kan være fra 1 til 5 skærme, endvidere kan der forekomme, ingen kontrol-er på rette plads, så klippes der i felt "Z".
B - banen, gul markering, 2,0 km med 15 kontroller, max-tid 120 minutter, Para 135 minutter. Der kan være fra 2 til 3 skærme, og der findes ingen poster der skal klippes i "Z".
For begge baner findes der væske/vand ca. ½ - vejs, endvidere findes der et stykke "one way" på ca. 90 meter, hvilket betyder at man kun må begive sig i banens retning, man må godt stoppe, men ikke gå, bare 1 skridt tilbage.
På kortet er der nogle steder sat et rødt kryds på en sti/vej, hvilket betyder at man IKKE må benytte denne. En rød streg markere, at denne ikke må passeres, og samtidig er den afmærket med snitzling i terrænet.
Skærmene benævnes, fra venstre: "A", "B", "C", "D", "E" og Z i startkortet.
- BEMÆRK:** Sand/grus signaturen betyder: Grus- og små stenet område, ingen eller svag bevoksning.
- MÅL:** Husk at markerer i mål enheden ved ankomst. Herefter køre du til Stævnecenteret (klubhuset) her aflæses din SportIdent samtidig med at de afleverer dit startkort med alle markeringerne.
Overskrides max-tiden tillægges 1 point for hver påbegyndt 5 minutter. Vand ved mål.
- I STÆVNECENTERET:** Er der, fra kl. 1300 afslutning med kaffe/te/brød (incl. deltagerafgiften) og omkring kl. 1430 forventes der Præmie/pris uddeling, eller så hurtigt som muligt.
Her findes også handicap toilet og rampe for kørestole til klubhuset.
- I ØVRIGT:** Resultater vil blive opsat i klubhuset, samt lagt ud på klubbens hjemmeside www.okr.dk
- EFTERTILMELDING:** Senest torsdag den 6 oktober kl. 23.59, herefter på stævnecenteret mellem 0930 - 1100.
Mod ekstra gebyr på kr. 10,-
- STÆVNELEDELSEN:** Stævneleder & banelægger: Bjørn Vognbjerg Jørgensen,
Kikhøjparken 58, 4300 Holbæk. Tlf. 21672273, mail bjoernvognbjerg@outlook.dk
Banekontrollanter: Ane Veierskov & John Tripax
Dommer: Lars Olsen



SPECIAL SIGNATUR

Signaturen for sand er her på Himmelev skov kortet, brugt til en signatur som banelæggeren kalder; "grus- og småstenet område, ingen eller svag bevoksning.

Se eksempel på billedet, her til venstre.