



Herlufsholm og Køge OK indbyder til
Sjællandssprinten
den 27.-28. maj 2017.
Løbet er klassificeret som 2 C-løb.**



Der løbes 2 afdelinger hver dag:

Lørdag 27. maj løbes 1. og 2. afdeling af Sjællandssprinten i Næstved. "Herlufsholm2Sprint"

Søndag 28. maj løbes 3. og 4. afdeling af Sjællandssprinten i Køge. "Køge2Sprint"

I Sjællandssprinten tæller alle 4 afdelinger, og vinderen er den løber, der har den samlede hurtigste tid i de 4 afdelinger.

Der er mulighed for at tilmelde sig de to delstævner enkeltvis.

Løbsområder:

1. afdeling Næstved Nord Øst – Holsted Park
2. afdeling Næstved Nord - Musikbyen
3. afdeling Køge Syd Vest - Hastrup
4. afdeling Køge City +Havn

Fælles for alle 4 afdelinger:

Kort:

Alle 4 sprint kort, 1:4000 nytegnet-/ revideret 2017 efter tilnærmet sprintnorm, ækv. 2,5 m. Der løbes på edb-printede kort.

Postdefinitioner:

IOF-symboler. Disse vil være påtrykt løbskortet.
Der vil være løse definitioner ved start, hvis man er i besiddelse af holder til denne under løbet.

Kontrolenheder:

Sport-Ident.

Baner og længder:

Bane	H-Klasser	D-Klasser	Ca. længde
1	H21-34 H35-49		3,5 km.
2	H50-64	D21-34	3,0 km.
3	H65- H15-20	D35-49	2,7 km.
4		D50-64 D65- D15-20	2,5 km.
5	H-14	D-14	2,0 km.

Præmier:

Der er præmier til de 3 første i H-14 og D-14 samt til vinderne i alle øvrige forhåndstilmeldte klasser i det samlede resultat (alle 4 afdelinger).

Kiosk:

Mindre kiosk på stævnepladsen.

Overtrækstøj:

Ingen transport af overtrækstøj.

Toiletter og bad

Toiletter i tilknytning til Stævneplads. Kun omklædnings- /badefaciliteter til den afsluttende 4. afdeling i Køge OK's klubhus ved Køge Stadion.

Børnebaner

Tilbydes ikke.

Næstved 1. – 2. afdeling den 27. maj 2017: Herlufsholm2Sprint



- Stævneplads:** Fodboldbane ved Holsted skole, Holsted Alle 30.
Her forefindes salg af åbne baner, kiosk, resultatformidling og toilet.
- Parkering:** På Holsted skole.
- Afstande:** Parkering – Stævneplads max. 500 m.
Stævneplads – Start 1. afdeling max. 1.000 m.
Stævneplads – Start 2. afdeling max. 100 m.
- Terræn:** 1. afdeling Næstved Nord Øst – Holsted Park
Blandet erhvervsområde med en del grønne områder foruden et par offentlige bygninger, som muliggør fornuftige sprintbaner. Desuden ældre villakvarter ind mod mål.
2. afdeling Næstved Nord - Musikbyen
Nyere og blandet beboelsesområde med mange grønne områder i forskudt niveau foruden et par offentlige bygninger, som gør området velegnet til sprint.
- Start:** 1. afdeling Fri start mellem kl. 10.00 - 11.00.
2. afdeling Fri start mellem kl. 11.30 – 12.30
Du stiller dig i kø ud for din bane, når du er klar.
Der startes som put & run med 1 min. startinterval.
Kort udleveres i startøjeblikket. Dog får H/D-14 udleveret løbskort 1 min. før.
- Tilmelding** Senest d. 19.05 kl. 24 via o-service eller til:
Jesper Børsting, Fællesejvej 16, 4700 Næstved.
Tlf. 55739085. E-mail: jesperborsting@post.tele.dk
- Eftertilmelding** Ikke muligt. Der henvises til åbne baner.
- Åbne baner** 1. afdeling Start mellem kl. 10.00 – 11.00.
2. afdeling Start mellem kl. 11.30 – 12.30.
Der vil være fri start sammen med de forhåndstilmeldte.
- | Bane | Klasse | Ca. længde |
|------|--------|------------|
| 1 | Åben 1 | 3,5 km. |
| 3 | Åben 2 | 2,7 km. |
| 5 | Åben 3 | 2,0 km. |
- Startafgift** Betales samtidig med tilmelding til:
Konto 6070 1216412 Herlufsholm Orientering.
- | Alder | Forhåndstilmeldt | Åbne baner |
|--------------|---------------------|---------------------|
| | Pris afdeling 1 + 2 | Pris afdeling 1 + 2 |
| H/D-20 | Kr. 50,- | Kr. 60,- |
| H/D21- | Kr. 90,- | Kr. 100,- |
| Leje SI-brik | Kr. 15,- | Kr. 15,- |
- Stævneledelse** Stævneleder: Jesper R. Mortensen, HG.
Tlf. 29 22 00 76. E-mail: jr.m@sol.dk
Banelægger: Jesper Børsting, HG
Stævnekontrol: Anders Knudsen, HG
Banekontrol: Peter Karberg, HG
Overdommer: Poul-Erik Pedersen Køge
- Instruktion** Forventes tilgængelig på internettet fra d. 23-05-2017. Her vil resultatlisten ligeledes komme. Hjemmeadresse: <http://www.herlufsholm-orientering.dk>

Køge 3. – 4. afdeling den 28. maj: "Køge2Sprint"



- Stævnepladser:** 3. afdeling – Ved Hastrup Skole.
Her forefindes salg af åbne baner + toilet.
4. afdeling – På Køge Sdr. havn.
Her forefindes salg af åbne baner, kiosk, resultatformidling og toilet.
Mulighed for bad og omklædning i Køge OK's klubhus. Afstand 2000 m.
- Parkering:** 3. afdeling - Ved Hastrup skole, Langelandsvej 70, 4600 Køge.
4. afdeling - På havnepladsen i Køge, Søndre Havnevej 2, 4600 Køge.
- Afstande:** 3. afdeling - Parkering – Stævneplads max. 100m.
Stævneplads – Start 3. afdeling max. 200 m.
4. afdeling - Parkering – Stævneplads max. 100 m.
Stævneplads – Start 4. afdeling max. 100 m.
- Terræn:** 3. afdeling Nyere, blandet beboelsesområde med mange grønne områder i let kuperet område.
4. afdeling Blandet bolig- butiks- og havneområde omkring en gammel bykerne som giver en udfordrende sprint i de meget varierede omgivelser.
- Start:** 3. afdeling Fri start mellem kl. 10.00 - 11.30.
4. afdeling Fri start mellem kl. 10.30 - 12.30
Du stiller dig i kø ud for din bane, når du er klar.
Der startes som put & run med 1 min. startinterval.
Kort udleveres i startøjeblikket. Dog får H/D-14 udleveret løbskort 1 min. før.

Tilmelding Senest d. 19.05 kl. 24 via o-service eller til:
Malene Løkke, Grønnekildevej 8, 4600 Køge.
Tlf. 56654767. E-mail: red@koegeok.dk

Eftertilmelding Ikke muligt. Der henvises til åbne baner.

Åbne baner 3. afdeling Start mellem kl. 10.00 - 11.30.
4. afdeling Start mellem kl. 10.30 - 12.30.
Der vil være fri start sammen med de forhåndstilmeldte.

Bane	Klasse	Ca. længde
1	Åben 1	3,5 km.
3	Åben 2	2,7 km.
5	Åben 3	2,0 km.

Startafgift Betales samtidig med tilmelding til:
Konto 5368 0241634 Køge OK

Alder	Forhåndstilmeldt Pris afd. 3 + 4	Åbne baner Pris afd. 3 + 4
H/D-20	Kr. 50,-	Kr. 60,-
H/D21-	Kr. 90,-	Kr. 100,-
Leje SI-brik	Kr. 15,-	Kr. 15,-

Stævneledelse Stævneleder: Tage Ebbensgaard, Køge OK
Tlf. 42271018 E-mail: naestformand@koegeok.dk
Banelægger: TBN
Stævnekontrol: TBN
Banekontrol: TBN
Overdommer: TBN

Instruktion Forventes tilgængelig på internettet fra d. 23-05-2017. Her vil resultatlisten ligeledes komme. Hjemmeadresse: <http://www.koegeok.dk>