



Instruktion til Sjællandssprinten

den 2.-3. juni 2018.



Løbet er klassificeret som 2** C-løb.

Arrangør: Herlufsholm og Køge OK.

Der løbes 2 afdelinger lørdag og finale søndag eftermiddag:

Sjællandssprinten er en del af Dansk Sprint Cup 2018. Det samlede resultat for de 2 afdelinger i Næstved udgør 7. afdeling af Dansk Sprint Cup 2018. Der vil blive tildelt point til følgende løbsklasser efter stævnet (H21, D21, H20, D20, H16, D16, H14, D14, H12, D12).

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

Søndag 3. juni løbes 3. afdeling af Sjællandssprinten i Køge. "Køge2Sprint"

I Sjællandssprinten tæller alle 3 afdelinger, og vinderen er den løber, der har den samlede hurtigste tid i de 3 afdelinger.

Der er mulighed for at deltage i de to delstævner enkeltvis.

Løbsområder:

1. afdeling Ll. Næstved
2. afdeling Næstved City
3. afdeling Køge/Hastrup

Kort:

Alle 3 sprint kort, er nytegnet-/ revideret 2018 efter tilnærmet sprintnorm, ækv. 2,5 m. Der løbes på edb-printede kort.
Målestok:
Afdeling 1 og 2: 1:3000
Afdeling 3: 1:4000
Løbskortene er ej ophængt.

Fælles for alle 3 afdelinger:

Sprintnorm:

Sprintnorm forudsættes bekendt, hvor især følgende skal fremhæves:
"impassabel vegetation" (mørkegrønt) = forbudt at passere!
"impassabel mur/stakit" (tyk sort streg) = forbudt at passere!
"forbudt område" (olivengrønt) = forbudt at passere!
Områder/passager, der ifølge sprintnormen er forbudte, skal respekteres.

Regler og ansvar:

Løbsområderne er ikke afspærrede, så almindelig trafik må påregnes. Der løbes på fortov/rabat eller gang/cykelsti hvor sådanne findes. Løberne deltager på eget ansvar, færdselslovens bestemmelser skal overholdes. Tag hensyn til beboere og andre, der færdes i løbsområdet. Især lørdag eftermiddag i Næstved City må der påregnes en del handlende i gaderne.

Løberne skal blive ved stævnepladserne mellem løbene.

Påklædning:

Det anbefales, at løbe i sko uden stålpigge. Ca. 80 pct. af løbsruten vil foregå på hårdt underlag (asfalt og fliser), og dermed kun ca. 20 pct. på blødt underlag (græs og grus).

Postdefinitioner:

IOF-symboler. Disse vil være påtrykt løbskortet.
Der vil være løse definitioner ved start.

Kontrolenheder:	Sport-Ident.
Max tid:	60 min. pr afdeling.
Væske:	Forefindes kun på stævnepladsen.
Resultater:	Resultaterne ophænges løbende på stævnepladsen. Ligesom disse bliver lagt på stævnets hjemmeside hurtigst muligt.
Præmier:	Der er ingen præmier.
Kiosk:	Mindre kiosk på stævnepladsen.
Overtrækstøj:	Ingen transport af overtrækstøj.
Toiletter:	Toiletter i tilknytning til Stævneplads.
Børnebaner:	Tilbydes ikke.
Klager og protester:	Klager over konkurrencen kan indgives til stævneledelsen indtil 30 min. efter udløbet af max. tid for sidst startende. Klagen indgives ved henvendelse på stævnekontoret, og den skal helst være skriftlig.

Protest mod en truffet afgørelse af en klage skal indgives straks og senest 15 min. efter meddelelse om afgørelsen.

Protest over resultatlisten kan dog indgives indtil 7 dage efter, at resultatlisten er offentliggjort på stævnets hjemmeside.

Næstved 1. – 2. afdeling den 2. juni 2018: Herlufsholm2Sprint



Stævneplads:	Administrationsbygning Rådmandshaven, Rådmandshaven 20, 4700 Næstved. Åbner kl. 10.00. Her forefindes salg af åbne baner, kiosk, resultatformidling og væske.
Toiletter:	Der benyttes offentligt toilet. Følg skiltning + blå snitzling 300 m.
Klubtelte:	Der er gode forhold til opsætning af telte på stævnepladsen.
Parkering:	På Administrationsbygning Rådmandshaven.
Afstande:	Parkering – Stævneplads 100 - 200 m. Følg skiltning + rød snitzling. Stævneplads – Start 1. afdeling 200 m. Følg skiltning + grøn snitzling. Stævneplads – Start 2. afdeling 400 m. Følg skiltning + grøn snitzling.
Terræn:	1. afdeling LI. Næstved - Skovsprint Blandet beboelsesområde med en del græsområder foruden et par offentlige bygninger, som muliggør fornuftige sprintbaner. Desuden i den nordlige del af kortet et reelt skovområde bestående af hovedsagligt åben løvskov og tættere fredsskov. På denne årstid er der en del brændenælder, hvorfor der opfordres til løbe med fuld tildækning af arme/ben på banerne 1 – 2 - 3 og 4. 2. afdeling Næstved City - Bysprint Blandet bolig- butiks- og gammelt kaserne område omkring en gammel bykerne som giver en udfordrende sprint i meget varierede omgivelser.
Opvarmning:	Der er god plads til opvarmning på stævnepladsen.

Startprocedure: 1. afdeling Fri start mellem kl. 11.00 - 12.00.
 2. afdeling Fri start mellem kl. 12.30 – 13.30
 Når du er klar, registrere du dig, tager løs postbeskrivelse (såfremt du har holder hertil) og stiller dig i kø ud for din bane.
 Der startes som put & run med 1 min. startinterval.
 Kort tages fra kasse i startøjeblikket. Dog får H/D-14 udleveret løbskort 1 min. før.
 Husk, at stemple start enhed.

Lejebrikker: Udleveres ved start.

Baner og længder:

			1. afdeling	2. afdeling
Bane	H-Klasser	D-Klasser	Længde - Poster (fugleflugt)	Længde - Poster (fugleflugt)
1	H21-34 H35-49		3,6 km. – 23 p.	2,5 km – 20 p.
2	H50-64	D21-34	3,0 km. – 16 p.	2,2 km. – 17 p.
3	H65- H15-20	D35-49	2,3 km. – 17 p.	1,7 km. – 14 p.
4		D50-64 D65- D15-20	2,1 km. – 15 p.	1,3 km. – 12 p.
5	H-14	D-14	1,5 km. – 10 p.	1,0 km. – 9 p.

Åbne baner: Tilmelding og betaling på stævnepladsen.
 1. afdeling Start mellem kl. 11.00 – 12.00.
 2. afdeling Start mellem kl. 12.30 – 13.30.
 Der vil være fri start sammen med de forhåndstilmeldte.

		1. afdeling	2. afdeling
Bane	Klasse	Længde – Poster (fugleflugt)	Længde – Poster (fugleflugt)
1	Åben 1	3,6 km. – 23 p.	2,5 km. – 20 p.
3	Åben 2	2,3 km. – 17 p.	1,7 km. – 14 p.
5	Åben 3	1,5 km. – 10 p.	1,0 km. – 9 p.

Målprocedure: Målposten stemples og der fortsættes til aflæsning og udlevering af stræktider i beregnertelt på stævnepladsen.
 1. afdeling; Målposten er beliggende på stævnepladsen.
 2. afdeling; Målposten er beliggende 550 m fra stævneplads. Følg afmærkning til stævneplads for aflæsning.

Stævneledelse: Stævneleder: Jesper R. Mortensen, HG.
 Tlf. 29 22 00 76. E-mail: jr.m@sol.dk
 Stævnekontrol: Arne Kristensen, HG
 Banelæggere: Jesper Børsting, HG 1. afd. Anders Knudsen, 2. afd.
 Banekontrol: Anders Knudsen, HG 1. afd. Jesper Børsting, 2. afd.
 Overdommer: Peter Bjørn Jensen O-63.

