



**Herlufsholm og Køge OK indbyder til
Sjællandssprinten den 2.-3. juni 2018.**
Løbet er klassificeret som 2 C-løb.**



Der løbes 2 afdelinger lørdag og finaleafdeling søndag eftermiddag:

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.

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

Løbsområder:
1. afdeling Ll. Næstved
2. afdeling Næstved City

3. afdeling Køge / Hastrup

Kort: 1. + 2. afdeling: 1:3000 3. afdeling: 1:4000
Alle kort er nytegnet-/ revideret 2018 efter tilnærmet sprintnorm, ækv. 2,5 m.
Der løbes på edb-printede kort.

Fælles for alle 3 afdelinger:

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

Kontrolenheder: Sport-Ident.

Præmier: Der er ingen præmier.

Kiosk: Mindre kiosk på stævnepladsen.

Overtrækstøj: Ingen transport af overtrækstøj.

Toiletter og bad Toiletter i tilknytning til begge stævnepladser. Kun omklædnings- / badefaciliteter til den afsluttende 3. afdeling i Køge på Hastrup skole.

Børnebaner Tilbydes ikke.

Baner og længder:

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



- Stævnepladser:** Ved Hastrup skole, Langelandsvej 70, 4600 Køge
Her forefindes salg af åbne baner, kiosk, resultatformidling og toilet.
Mulighed for bad og omklædning på skolen
- Parkering:** Ved Hastrup skole, Langelandsvej 70, 4600 Køge
- Afstande:** Parkering – Stævneplads max. 200 m.
Stævneplads – Start ca. 300 m.
- Terræn:** Blandet bolig- og erhvervsområde omgivet af grønne områder
- Start:** Fri start mellem kl. 11.00 – 12:00
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. 25.05 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. 11:00 – 12:00.
Der vil være fri start sammen med de forhåndstilmeldte.

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

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

Alder	Forhåndstilmeldt Pris afd. 3	Åbne baner Pris afd. 3
H/D-20	Kr. 30,-	Kr. 30,-
H/D21-	Kr. 50,-	Kr. 50,-
Leje SI-brik	Kr. 15,-	Kr. 15,-

- Stævneledelse** Stævneleder: Tage Ebbensgaard, Køge OK
Tlf. 42271018 E-mail: formand@koegeok.dk
Stævnekontrol: TBN
Banelægger: Hans Henrik Juda, Køge OK
Banekontrol: Karsten Richardt, Køge OK
Overdommer: TBN

- Instruktion** Forventes tilgængelig på internettet fra d. 27-05-2018. Her vil resultatlisten ligeledes komme. Hjemmeadresse: <http://www.koegeok.dk>

VIGTIG: **Bemærk at der samme formiddag afholdes SM sprint fra samme adresse / stævneplads.**
Det er derfor muligt at løbe såvel SM sprint + efterfølgende tredje afdeling af Sjællandssprinten. Tilmeldingen til de to løb i Køge skal dog ske hver for sig på O-service.