

## Indbydelse / Instruktion til Pinseløb mandag den 10. juni 2019 på Vesterlyng

Mødested/Parkering/Mål:	P-plads ved vandet midt i skoven. Afmærkning fra Eskebjerg.			
Afstand til start:	P – start 50 m. Personlig fremvisning. Fælles afgang kl. 9.55 PRÆCIS.			
Kort:	Vesterlyng. Nytegnat 2009. Ækv. 2,5 m. 1:10.000.			
Terræn:	Åben hedelandskab med god gennemløbelighed og oversigt. Krydret med store sandpartier, som er tunge at gennemløbe, og tætte enebær-områder med svær gennemløbelighed og ingen oversigt. Kun få veje/stier, men til gengæld mange detaljer i øvrigt. Desuden forekommer et mindre reelt stykke skov midt i området, hvor der til gengæld er mange veje/stier.			
Baner;	Kort, let	2,5 km.	Almindelig o-bane.	Enkeltstart.
	Mellem, svær	5,0 km.	Pointløb.	Fællesstart.
	Lang, svær	8.0 km.	Pointløb.	Fællesstart.
Maxtid:	60 minutter. Postindsamling starter kl. 12.00.			
Sport-Ident:	Der benyttes SI.			
Postbeskrivelse:	IOF-symboler. Påsat løbskortet.			
Tidsprogram:	Kl. 9.30	registrering.		
	- 9.55	fælles afgang til start.		
	- 10.00	fællesstart Lang.		
	- 10.05	fællesstart Mellem.		
	- 10.10	1. start let bane.		
	Efter løbet er der som altid mulighed for et forfriskende havbad. Husk madpakken.			
Væske:	Forefindes kun ved mål.			
Postmarkering:	Der benyttes postspyd forsynet med SI. Eksempel er opsat ved start.			
Målprocedure:	Efter målgang aflæses SI. Løbskortet kan beholdes.			
Resultater:	Ophænges ikke, men kan ses på OKR's hjemmeside tirsdag d. 11/6.			
Præmier:	Til bedste herre og dame på hver af de 3 baner.			
Startafgift:	Kr. 40,-. Enten på konto 0525 0000243556 eller kontant på dagen.			
Tilmelding:	Gerne klubvis og senest mandag d. 3. juni til Lars Olsen. Tlf. 23 722615. E-mail: schjerning8@post.tele.dk Det vil dog være muligt at tilmelde sig på dagen i begrænset omfang. Pris kr. 50,-.			
Banelægger Stævneleder & Overdommer	Lars Olsen, OKR			