



Indbydelse til SM SPRINT Søndag den 03. Maj 2020

Arrangør: Køge OK i samarbejde med Køge Kommune.

Klassifikation: SM Sprint, **** B stævne.

Dato og tid: Søndag, den 03. Maj 2020. Stævnepladsen åbner kl. 08.00.

Løbsområde: Køge by, vestlig del.

Kort over vestlig del af Køge by med markering af lukket område:

<https://map.krak.dk/m/xUmVE>

Færdsel i lukket område:

Løbsområdet er lukket for deltagere i stævnet. Jf. reglementet er færdsel ad offentlige veje gennem området tilladt. Det er tilladt at bevæge sig gående på offentlige steder i byen uden kort og uden at teste vejvalg og lignende. Der opfordres til fairplay.

Mødested / stævneplads:

Ved Køge OK's klubhus beliggende på Marksvinget 22, 4600 Køge.

Parkering:

Meddeles i instruktionen

Kort:

Hastrup og Ellemark tegnet 2017-18 (revideret 2020), målestok: 1:4.000, ækvidistance 2,5 m.

Signaturer efter IOF's kortnorm *ISSprOM 2019*. Kortstørrelse: A4 Pretex (Laserprint)

Terrænbeskrivelse:

Blandet bolig-/erhvervsområde

Kontrolsystem: Der løbes med SportIdent. Det er muligt at leje SI-brik.

Tilmelding uden oplyst SI-nummer betragtes som ønske om leje af brik.

Mistet SI-brik erstattes med Kr. 300,-

Seedning, deltagerbegrænsning, vakante pladser

Der foretages ikke seedning.

Der påtænkes ikke deltagerbegrænsning med mindre hensynet til en fair konkurrence gør dette nødvendigt. Berørte løbere vil blive informeret.

Der udbydes ikke vakante pladser. Der henvises til eftertilmelding og åbne baner.

Start:

Alle klasser har første start kl. 10.00

Løbere der ikke stiller op for en klub i Østkredsen, starter først i løbet.

Startprocedure:

Indkald 4 min. før start. Check af SI-nummer.

Boks 1: Udlevering af lånebrik

Boks 2: Udlevering af post beskrivelse (husk godkendt holder dertil)

Boks 3: Kontrol af starttid. D/H10 og D/H12 får udleveret kort 2 min før start.

Boks 4: Kortet må tages i start øjeblikket.

Startinterval: 1 min

Præmier:

I klasserne H/D 10, 12, 14, 16 og 18 samt H/D 20 + 21 præmieres de tre hurtigste med Østkredsens guld, sølv og bronzemedaljer.

Vinderen i H/D 35, 40, 45, 50, 55, 60, 65, 70, 75, 80, 85 og 90 præmieres med Østkredsens guldmedalje.

SM medaljer kan kun vindes af løbere hvis primære klub er hjemmehørende i Østkredsen, og der uddeles ikke medaljer på de åbne baner.

Præmieoverrækkelse forventes afholdt kl. 12:30

Tilmelding

Via o-service. Ordinær tilmeldingsfrist: **Lørdag den 25. april 2020, kl. 23:59**

Ønsker om tidlig / sen start vil ikke blive imødekommet af hensyn til en fair afvikling af konkurrencerne. Startlisterne udarbejdes i overensstemmelse med reglementet.

Eftertilmelding er **ikke** muligt. Der henvises til åbne baner.

Startafgift

Ordinær startafgift D/H-20: 50 kr. Øvrige: 100 kr.

Lån af SI brik skal oplyses ved tilmelding og koster 20 kr. Betales sammen med startafgiften
Klubberne indbetaler startafgift klubvis ved sidste tilmeldingsfrist til Køge OK 's konto i

Arbejdernes Landsbank Reg. 5368 Konto 0241634

Øvrige danske løbere: Tilmelding via O-service med klubvis betaling.

Foreign runners: Cash payment on race day.

Klasser:

Klasse	Sværhedsgrad	Vindertid	Klasse	Sværhedsgrad	Vindertid
D10	Begynder	-	H10	Begynder	-
D12	Let	12 – 15 min.	H12	Let	12 – 15 min.
D14	Mellemsvær	12 – 15 min.	H14	Mellemsvær	12 – 15 min.
D16	Svær	12 – 15 min.	H16	Svær	12 – 15 min.
D18	Svær	12 – 15 min.	H18	Svær	12 – 15 min.
D20	Svær	12 – 15 min.	H20	Svær	12 – 15 min.
D21	Svær	12 – 15 min.	H21	Svær	12 – 15 min.
D35	Svær	12 – 15 min.	H35	Svær	12 – 15 min.
D40	Svær	12 – 15 min.	H40	Svær	12 – 15 min.
D45	Svær	12 – 15 min.	H45	Svær	12 – 15 min.
D50	Svær	12 – 15 min.	H50	Svær	12 – 15 min.
D55	Svær	12 – 15 min.	H55	Svær	12 – 15 min.
D60	Svær	12 – 15 min.	H60	Svær	12 – 15 min.
D65	Svær	12 – 15 min.	H65	Svær	12 – 15 min.
D70	Svær	12 – 15 min.	H70	Svær	12 – 15 min.
D75	Svær	12 – 15 min.	H75	Svær	12 – 15 min.
D80	Svær	12 – 15 min.	H80	Svær	12 – 15 min.
D85	Svær	12 – 15 min.	H85	Svær	12 – 15 min.
D/H 90	Svær	12 – 15 min.	D/H 90	Svær	12 – 15 min.

Åbne baner:

Der udbydes 3 åbne baner: **Let** ca. 1800 meter **Mellemsvær** ca. 2500 meter **Svær** ca. 3200 meter

Åbne baner kan købes på dagen til kr. 50,-

Børnebane: Der er børnebane til fri afbenyttelse med små præmier til alle deltagere.

Børneparkering: Tilbydes ikke.

Afstande:

Parkering til stævneplads: 400 - 800 meter.

Stævneplads til start: Meddeles i instruktionen.

Kiosk/bespisning

Der vil være kiosk på stævnepladsen. (begrænset sortiment) Kontant / mobilpay

Toilet

Der er adgang til toiletter. Der er **IKKE** faciliteter til bad/omklædning.

Stævnets hjemmeside: [Link](#)

På hjemmesiden vil endelig indbydelse, instruktion, start og resultater blive offentliggjort.

Stævnets Facebookside:**Stævneorganisation:**

Stævneleder: Tage Ebbensgaard, Køge OK. E-mail: formand@koegeok.dk

Tlf.: +45 4227 1018

IT beregning/resultater: Malene Løkke

Kasserer: Erik Løvgren

Stævnekontrol og Juryformand: TBN

Banelægger: Gunnar Grue-Sørensen

Banekontrol: Gerda Marie Christiansen

*Vi vil atter bestræbe os på, at alle vore gæster får **SM**æk for skillingen ;-)*

BEMÆRK: To sprintafdelinger samme dag!

Bemærk venligst at tredje afdeling af Køge OK og Herlufsholm OK's traditionelle sprintserie "**Sjællandssprinten**" afholdes i Køge C. **UMIDDELBART efter SM løbet samme dag og fra samme stævneplads.**

Der løbes i et tilstødende byområde, og med mål ved SM stævnepladsen.

Første start med "put&run" fra kl. 11:00

Tilmelding via O-service

Se meget mere her pr. ultimo december 2019