

## **Indbydelse / Instruktion til afslutningsløb d. 08.03.2020 i Herlufsholm-skovene**

**HUSK.:** **Badetøj til besøg i svømmehallen. Adgang kl. 10-13. Pris under 15 år kr. 19,- over 15 år kr. 33,-**

**Mødested/Parkering:** Klubhuset på Herlufsholm stadion.  
**ADVARSEL** Der afholdes Outlet-salg i Herlufsholm Hallerne. Dermed kan Parkeringspladserne være fyldte. I så fald vil parkering ske ved Herlufsholm Kirkegård. Afstand 500 m fra Herlufsholm stadion. Så kom i god tid.  
**Afstand til start:** P – start 350 m. Personlig fremvisning. Fælles afgang kl. 10.15 PRÆCIS.

**Kort:** Sort Lang & Mellem; Herlufsholm-skovene, rev. 2019. Ækv. 2,5 m. 1:10.000. ISOM2017-2.

Øvrige baner; Herlufsholm-skovene/Rådmandshaven, rev. 2019. Ækv. 2,5 m. 1:7500. ISOM2017-2.

**Terræn:** Åben blandingssskov med god gennemløbelighed og mange veje/stier og detaljer i øvrigt.

**Baner:**

| Bane                | Længde | Poster |
|---------------------|--------|--------|
| Sort, Lang          | 8,5    | 28     |
| Sort, Mellem        | 6,3    | 20     |
| Sort, Kort u. 60 år | 4,9    | 18     |
| Sort, Kort o. 60 år | 4,7    | 17     |
| Blå, Mini u. 60 år  | 3,6    | 13     |
| Blå, Mini o. 60 år  | 3,5    | 15     |
| Gul                 | 4,6    | 18     |
| Hvid                | 3,5    | 12     |
| Grøn                | 2,6    | 10     |

**Kontrolkort:** Sport-Ident.

**Postbeskrivelse:** IOF. Er påsat løbskortet. Forefindes også løse ved start.

**Tidsprogram:** Kl. 09.45 løbsregistrering/betaling.  
- 10.15 fælles afgang til start.  
- 10.30 fællesstart Grøn, Hvid og Gul, Blå og Sort under 6 løb.  
- 10.40 1. start Gul, Blå og Sorte baner over 6 løb.  
”omvendt jagtstart” – bedst placerede starter sidst. Der startes efter startliste, som offentliggøres senest d. 03.03.

- 10-13 Adgang til svømmehal. Offentlig adgang.  
Pris kr. 19,- under 15 år – kr. 33,- over 15 år.

- 13-15 sandwich + kaffebord i fælleslokalet (præmieoverrækkelse).

**Væske:** Forefindes kun ved mål.

**Postmarkering:** Der benyttet SI-spyd. Eksempel er opsat ved start.

**Målprocedure:** Efter klip af målpost fortsættes til klubhuset, hvor tid aflæses. Løbskortet kan beholdes. Bemærk, at der er 2 sidste poster, som begge er beliggende ude i terrænet.

**Omkl/bad:** Adgang til svømmehallen i tidsrum kl. 10-13. Desuden adgang til omklædningsrum i Atletikkens lokaler på 1. sal.

Resultater: Ophænges efter kontrol/pointberegning i forbindelse med kaffen.

Præmier: Til de bedst placerede i den gennemgående konkurrence. Se antal præmier på dagen.

Point: Fra VTR-reglement:  
I alle løb får vinderen af en bane 100 point.  
De efterfølgende løbere får fratrukket 1 point pr. minuttal, de er langsommere.  
På alle baner opdeles resultaterne i damer og herrer, og de får point hver for sig.

**De 6 bedste løb er tællende i den gennemgående konkurrence**

- for Hvid og Grøn bane afgøres samlet placering på baggrund af de 6 bedste løb. Afslutningsløbet er ligeledes tællende.

- for Sorte, Blå og Gul baner er de 6 bedste løb alene afgørende for startrækkefølgen til afslutningsløbet. Endelig placering udregnes som point 6 bedste løb omregnet til tidshandicap + tid afslutningsløb.

Hvert misset point i forhold til de maksimale 600 straffes med et tidshandicap på 10 sekunder.

Startafgift: Over 16 år kr. 30,-  
Under 16 år kr. 15,-  
Leje SI-pind kr. 10,-

Tilmelding/Betaling:

**Køgeløbere skal tilmelde sig til Erik Løvgren på mail eller SMS 4166 7012 senest d. 27. februar.**

Klubvis senest d. 27.02 til undertegnede.  
Tilmelding på dagen muligt mod kontant betaling.

**Ikke forhåndstilmeldte starter i fælles start uanset om har løbet 6 tællende løb.**

**Ikke forhåndstilmeldte løbere på sort, blå og gul bane kan ikke få et samlet resultat i den gennemgående konkurrence.**

Banelægger  
Stævneleder &  
Overdommer

Jesper Børsting  
Fællesejevej 16  
4700 Næstved Tlf. 55739085 E-mail: [jesperborsting@post.tele.dk](mailto:jesperborsting@post.tele.dk)