



Instruktion til SM SPRINT Søndag den 22. maj 2022

Arrangør: Køge OK i samarbejde med Køge Kommune.

Klassifikation	SM Sprint, ** B stævne.
Dato og tid	Søndag, den 22. maj 2022. Stævnecenter åbner kl. 08:30
Løbsområde	<p>Herfølge Torpgården</p> <p>Kort over Herfølge med markering af lukket område:</p>
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.
Tilkørsel/ Mødested	<p><u>Fra nord:</u> Følg Vordingborgvej og drej fra til højre ved Søllerupvej (skærm) GPS 55.414704, 12.138305 og kør ind på parkeringspladsen ved Herfølge Stadion.</p> <p><u>Fra syd:</u> Følg Vordingborgvej og drej fra til venstre ved Søllerupvej (skærm) GPS 55.414704, 12.138305 og kør ind på parkeringspladsen ved Herfølge Stadion. Adresse: Vordingborgvej 124 A, 4681 Herfølge.</p>
Parkering	Der parkeres på parkeringspladsen ved Herfølge Stadion. Parkeringen er gratis.

	Anvisninger fra de venlige parkeringsguider med gule veste <u>skal efterkommes!</u>
Offentlig transport	S-tog til Køge station og derfra med bus eller regionaltoget til Herfølge.
Stævneplads	Rød/hvid snitzling skal følges fra parkering og frem til stævnepladsen. Skilte med teksten LØBSOMRÅDE <u>skal</u> ubetinget respekteres.
Afstande	Parkering til stævneplads: 400 meter. Stævnecenter til start (rød/hvid afmærkning): 550 meter. Mål til stævneplads: 150 meter
Kort	<p>Herfølge Torpgården. Nytegnet 2020. Revideret 2021 og 2022.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Målestok: 1:3.000, Ækvidistance 2,5 m. • Signaturer efter IOF's kortnorm ISSprOM 2019-2 • Kortstørrelse: A4 laserprint i plastpose. <p><i>Special signaturer:</i> ✕ Motions-/legeredskab eller skulptur</p> <p>Den nye norm ISSprOM 2019-2 er kort beskrevet af Jeppe Ruud i medlemsbladet "Orientering" side 19-21. En væsentlig ændring i forhold til tidligere ISSprOM 2019 norm er bl.a. Underføring/tunnel. Højtænderne viser hvor man kan passere gennem tunnelen.</p>  <p>Husk, det er forbudt at passere, hvor følgende symboler er anvendt:</p> <p> Mørk grøn. Impassabel eller tæt bevoksning. Anvendes bl.a. til hække. Symbolet er også anvendt, hvor passage kan skade vegetationen. Husk, vi færdes på private områder. Både bevoksede og ubevoksede rio-net (se billede) er afbildet på kortet som "hække", </p>  <p> Private områder (f.eks. blomsterbede)</p> <p> Højt hegn</p> <p> Høj mur eller plankeværk</p> <p> Midlertidig afspærret konstruktion (f.eks. byggeplads)</p>

	Passage af disse signaturer/områder medfører diskvalifikation. Postvagter er udstationeret.
Terræn-beskrivelse	Området er fladt og består fortrinsvis af tæt lav bebyggelse med små grønne fællesarealer. Bebyggelsen renoveres for tiden, og flere steder er der markeret på kortet for "byggeplads".

Klasse	Sværhedsgrad	Banelængde m	Antal poster	Klasse	Sværhedsgrad	Banelængde m	Antal poster
D12	Let	2080	21	H12	Let	2080	21
D14	Mellemsvær	2490	18	H14	Mellemsvær	2490	18
D16	Svær	2580	16	H16	Svær	2740	19
D18	Svær	2740	19	H18	Svær	3000	21
D20	Svær	3000	21	H20	Svær	3520	21
D21	Svær	3000	21	H21	Svær	3520	21
D35	Svær	2740	19	H35	Svær	3520	21
D40	Svær	2580	16	H40	Svær	2740	19
D45	Svær	2580	16	H45	Svær	2740	19
D50	Svær	2380	16	H50	Svær	2580	16
D55	Svær	2380	16	H55	Svær	2580	16
D60	Svær	2270	14	H60	Svær	2380	16
D65	Svær	2270	14	H65	Svær	2380	16
D70	Svær	1870	14	H70	Svær	2270	14
D75	Svær	1870	14	H75	Svær	1870	14
D80	Svær	1420	10	H80	Svær	1870	14
D85	Svær	1420	10	H85	Svær	1420	10
D/H90	Svær	1420	10	D/H90	Svær	1420	10

Der gøres opmærksom på, at alle mesterskabsklasser har fast starttid, og at skygning ifølge reglementet ikke er tilladt ved kredsmesterskaber. I klasserne D12 og H12 udleveres løbskortet 2 min før start.

For sent startende skal henvende sig til startpersonalet og skal følge deres anvisninger.

Åbne baner:	<p>Åbne baner kan købes på dagen til kr. 50 (kontant eller MobilePay)</p> <p>Åbne baner har fri start (put and run) i tidsrummet: Ca. 10.15-11.15</p> <p>Åben 1 (svær), længde: 2820 m, antal poster: 17</p> <p>Åben 2 (mellemsvær), længde: 2490 m, antal poster: 18</p> <p>Åben 3 (let), længde: 2080 m, antal poster: 21</p> <p><i>Løberne skal selv gå ind i startboksen under startpersonalets vejledning.</i></p>
Kontrolsystem	<p>Der løbes med SportIdent, men der anvendes IKKE berøringsfrie SI-enheder (touch free)</p> <p>Det er muligt at leje SI-brik. Pris kr. 20,-</p> <p>Tilmelding uden oplyst SI-nummer betragtes som ønske om leje af brik.</p> <p>Mistet SI-brik erstattes med Kr. 450,-</p> <p>Ved svigt af registrering med SI-brik klippes i løbskortets reservefelt med poststativets klippetang.</p>
Vakante pladser	Der udbydes ikke vakante pladser. Der henvises til åbne baner.
Start	Startlisterne udarbejdes i overensstemmelse med reglementet. Første start er kl. 10.00
Startprocedure	<p>4 min. før start: Gå ind i startboks 1, når din starttid vises.</p> <ul style="list-style-type: none"> Boks 1: Udlevering af evt. lejebrik. Check af SI-nummer

	<ul style="list-style-type: none"> • Boks 2: Udlevering af postbeskrivelse (husk godkendt holder dertil) • Boks 3: Udlevering af kort til H/D12 løbere. • Boks 4: Kortet må tages i start-øjeblikket. <p>Startinterval: 1 min</p>
Trafikforhold /regler/ansvar:	<p>Løbsområdet er ikke afspærret, så alm. kørende trafik må påregnes. Løberne deltager på eget ansvar, færdselslovens bestemmelser skal overholdes. Vis hensyn til beboere og andre der færdes i løbsområdet.</p> <p>Officials placeret i området (med fotoovervågning) vil sikre at løbet afvikles efter reglerne (fair play). Løbere, der passerer et forbudt område, diskvalificeres.</p> <p>Der er ingen radioposter eller væskedepoter på banen. Postdefinitioner er trykt på kortet. Desuden udleveres løse postdefinitioner i startboks 2 (3 min før start).</p>
Mål	<p>Løbskortet inddrages IKKE efter passage af mål. Det skal dog understreges, at det i henhold til §2.7 i Reglement 2019 (Fairness) ikke er "tilladt en deltager at give andre deltagere, som endnu ikke er startet, information om løbsområdet, kortet, poster eller delstræk".</p> <p>Ved målgang udleveres (om ønsket) en flaske med drikkevand. Flasken medbringes til stævnecenter hvor den smides i en plastsæk. Flasken kan også tages med til Start 2 og afleveres der, såfremt man skal deltage i 3. afdeling af "Sjællandssprinten".</p> <p>Husk at få aflæst din brik.</p> <p>Max-tid er 50 min i alle klasser.</p>
Resultat-formidling:	<p>Resultaterne offentliggøres løbende på <u>Live resultat</u></p> <p>Offentliggøres endvidere på løbets hjemmeside og Køge OK 's Facebookside</p>
Præmie-overrækkelse:	<p>Præmieoverrækkelse finder sted hurtigst muligt efter sidste løber er i mål. (formentlig kl. 12:30)</p>
Præmier	<p>I klasserne H/D 12, 14 og 16 samt H/D 20 + 21 præmieres de tre hurtigste med Østkredsens guld, sølv og bronzemedaljer.</p> <p>Vinderen i H/D 35, 40, 45, 50, 55, 60, 65, 70, 75, 80, 85 og H/D90 præmieres med Østkredsens guldmedalje.</p> <p>SM medaljer kan kun vindes af løbere, hvis primære klub er hjemmehørende i Østkredsen, og der uddeles ikke medaljer på de åbne baner.</p>
Børnebane	<p>Der er ingen børnebane til SM sprint</p>
Børneparkering	<p>Der er ingen børneparkering til SM sprint</p>
Kiosk	<p>Der vil være kiosk med meget begrænset sortiment på stævnepladsen.</p>
Fodtøj	<p>Der må ikke anvendes sko med stålpigge</p>
Omklædning	<p>Der opstilles to telte til D og H omklædning på stævnepladsen.</p>
Toilet	<p>Det er to toiletter samt pissoir ved stævnepladsen.</p> <p>Der er opstillet afspringsstationer ved toiletter og kiosk.</p>

Bad	Vi kan desværre ikke tilbyde bedefaciliteter.
Stævnets hjemmeside	På hjemmesiden vil indbydelse, instruktion, startliste og resultater blive offentliggjort. http://www.koegeok.dk/?p=10703
Stævnets Facebookside	https://www.facebook.com/events/474758324270869
O-track	Upload af track vil være tilgængelig fra kl. 11:30 på løbsdagen
Stævne-organisation	Stævneleder: Lars Carstensen, Køge OK E-mail: formand@koegeok.dk Tlf.: +45 4227 1018 Stævnekontrol: Jørgen Larsen, Køge OK Dommer: Peter Leander, Køge OK Banelægger: Gunnar Grue-Sørensen, Køge OK Banekontrol: Gerda Marie Christiansen, Køge OK Stævneansvarlig: Tage Ebbensgaard, Køge OK Mob. 4227 1018

Bemærk: To sprint løb samme dag fra samme stævneplads.!

Tredje afdeling af Køge OK og Herlufsholm OK's traditionelle sprintserie **"SJÆLLANDSSPRINTEN"** afholdes i et tilstødende byområde **UMIDDELBART** efter SM løbet og fra samme stævnecenter.

Første start med "put&run" fra kl. 10:45

Tilmelding er lukket, men der tilbydes salg af åbne baner. (kontant eller mobilpay)

 <p>Obtain An Extra Resource</p>	 <p>Bjæverskov Hvidevareservice</p>	 <p>AUTO-PARTNER Kims-auto Kirkeskovvej 3 4660 Store Heddinge Tlf 25 34 30 52 kimsauto@hotmail.dk</p>
 <p>Herfølge Kleinsmedie - en verden i stål...</p>	 <p>Hårlev Plæneklipper Service Plæneklippere - Motorsave - Høvefræsere</p>	
 <p>Arbejdernes Landsbank Torvet 9 4600 Køge</p>	 <p>EL-Jensen ApS Køge www.el-jensen.dk Tlf. 56650627</p>	

