

Instruktion Vestjysk 2 dage

22., 23. og 24. juni

<p>Kort:</p>	<p>Fredag: Holstebro City. Rekognosceret og tegnet af Bjarne Olsen i 2011, lettere revideret i 2012.</p> <p>1:4000, ækvidistance 2,5 m.</p> <p>Lørdag: Klosterheden plantage nyttegnet i 2012, Korttegner Bjarne Olsen, rekognoscering Clive Allen</p> <p>Søndag: Stråsø plantage Øst, revideret i 2012. Korttegner Mogens Vennevold, rekognoscering Mogens Vennevold, Lars Storper og Niels Henrik Olesen.</p> <p>Printet, IOF-symboler, 1:10.000 (lør & søn).</p> <p>Der løbes på vandfaste kort alle dage.</p>
<p>Afmærkning og stævneplads, fredag:</p>	<p>Parkering kan ske på offentlige parkeringspladser i nærheden af den tidligere retsbygning i Holstebro. Derfra max 400 meter til start- og målområdet. Se bilag, eller flg. Link; http://goo.gl/maps/8BOP</p> <p>Der må IKKE parkeres på parkeringspladsen bag Nørreportcentret / ved stævneplads.</p>
<p>Afmærkning og stævneplads, lørdag:</p>	<p>Afmærkning på Vilhelmsborgvej, Se bilag.</p> <p>Følg afmærket rute ind til parkering / stævneplads.</p> <p>Indkørsel SKAL ske via denne vej. Parkering ved stævneplads.</p> <p>Der henstilles til forsigtig kørsel på vejen igennem skoven, da løbere vil krydse den.</p>
<p>Afmærkning og stævneplads, søndag:</p>	<p>Afmærkning ved Vind Kirke, Se bilag.</p> <p>Følg afmærket rute ind til parkering.</p> <p>Afstand fra parkering til stævneplads, mellem 200 m og 600 m.</p> <p>Campingvogne kan ikke medbringes til stævnepladsen.</p> <p>Det er muligt at parkerer dem på græsareal NV for Fuglsang bro, det vil være markeret med et skilt på ruten fra afmærkning til stævnepladsen. Derefter fortsættes ind til parkeringsområde.</p>
<p>Brikudlevering</p>	<p>Fredag;</p> <p>Brikker udleveres ved stævnekontoret. Backup kort kan tages i startområdet, sammen med løse postdefinitioner.</p> <p>Lørdag & søndag;</p> <p>Brikker og backupkort udleveres klubvis ved stævnekontoret, hvor de opbevares i en pose pr. klub.</p> <p>Det er klubbens egen afgørelse, om klubposen forbliver ved stævnekontoret eller om den medbringes til klubteltet.</p>

	<p>Backup kort til lørdag er forsynet med grøn streg. Backup kort til søndag er forsynet med gul streg.</p>
Opvarmning	<p>Kan lørdag ske på det store græsareal ved parkering. Søndag på stævnepladsen samt ved parkering. Det er ikke tilladt at varme op i skoven (løbsområde).</p>
Start / mål fredag:	<p>Kl. 18.00 første afdeling. Mål lukker kl. 19.30. Kl. 20.00 anden afdeling. Mål lukker kl. 21.30. Fri start i begge perioder i ¾ time. Maks. Løbetid 45 min. Lånebrikker og Backup kort udleveres ved tidtagning / stævnekontor (Eventvognen). Resultater vil blive ophængt i målområdet hurtigst muligt. Kortene efter første afdeling vil blive inddraget efter målpassage, og bliver udleveret efter målgang på anden afdeling.</p>
Særlige forhold fredag.	<p>Færdsel: Alle baner bliver afviklet i byområde, hvor der kan forekomme bilkørsel og anden trafik. Pas på, når I skal krydse veje, cykelstier og parkeringspladser.</p> <p>I anden afdeling skal alle baner passere den trafikerede Enghavevej. Der vil IKKE være tvungne overgange, og det henstilles til, at deltagerne er ekstra forsigtige og påpasselige, når vejen skal passeres.</p> <p>Særlige forhold:</p> <p>Ingen brug af sko med metaldubber.</p> <p>En del af løbet foregår på Regionshospital Holstebros område. Vær opmærksom på mulig udrykningskørsel i området.</p> <p>Vær også opmærksom på, at der samtidig finder et større motionsløb sted i centrum af Holstebro. De to arrangementer skulle dog ikke kollidere med hinanden.</p> <p>I løbet af aftenen, vises der fodbold på storskærmen ved Black Box Theatre, hvorfor der forventes mange mennesker i området.</p> <p>WC: Findes i Nørreportcentret, kan kun benyttes til kl. 21.00, derefter henvises til offentlige toiletter i Holstebro centrum.</p> <p>Information om særlige signaturer for sprintkort, samt korrekt adfærd for løb i byen – se: Sprint – hvad man må og ikke må på adressen: http://www.orientering.dk/okpan/dpt2011/korrekt-adfaerd.PDF</p>
Startvejledning Lørdag og søndag	<p>Der er fri start fra kl. 12.00 til 14.00 – lørdag og fra kl. 10.00 til 12.00 søndag. Starten foregår fra stævnepladsen. Der gives kun adgang til startområdet mod fremvisning af backupkort, brikken aflæses af startpersonalet.</p> <p>Der er etableret én startboks pr. bane. I slusen før startboksen findes løse postdefinitioner. Postdefinitioner er også på løbskortet.</p>

	<p>Startur bipper hvert hele minut. Når du ønsker at starte går du til startenheden. Fem sekunder før start lægges brikken i startenheden. Da løbstiden aflæses i brikken, medfører det diskvalifikation, hvis brikken ikke lægges i startenheden.</p> <p>Min. 1 minut startinterval anbefales. Men det er tilladt for flere at løbe sammen, hvis dette ønskes.</p> <p>Løbskortet tages fra kasse i startboksen, og må ført vendes når tiden starter. Dette gælder dog ikke hvid og grøn bane.</p>
Lette / begynder baner	<p>Det er klubbens eget ansvar at vejlede løbere på lette og begynderbaner. Der kan ikke forventes hjælp af startpersonalet.</p>
Baner fredag:	<p>Afdeling 1: Bane 1: 3,2 kilometer, 24 poster Bane 2: 2,4 kilometer 17 poster Bane 3: 2,0 kilometer, 14 poster Bane 4: 1,6 kilometer, 16 poster Bane 5: 1,4 kilometer 11 poster</p> <p>Afdeling 2: Bane 1: 3,2 kilometer, 20 poster Bane 2: 2,6 kilometer, 20 poster Bane 3: 2,0 kilometer, 14 poster Bane 4: 1,7 kilometer, 16 poster Bane 5: 1,5 kilometer 13 poster.</p>
Første start lørdag:	<p>Kl. 12.00 Fri start kl. 12.00 – 14.00 Maks. løbetid er 2½ time.</p>
Baner lørdag:	<p>Sort 10 km: 10,5 km, 23 poster Sort 8 km: 8,0 km, 20 poster Sort 7 km: 7,3 km, 17 poster Sort 6 km: 6,1 km, 16 poster Sort 5 km: 5,3 km, 15 poster Sort 4 km: 4,3 km, 16 poster Sort 3 km: 3,3 km, 10 poster Gul 6 km: 5,9 km, 12 poster Gul 4 km: 4,3 km, 15 poster Hvid 3,5 km: 3,5 km, 15 poster Grøn 2,5 km: 2,4 km, 11 poster</p> <p>OBS: Bæverne har en tendens til at indlægge overraskelser / SLUMP i området, så en grøft / bæk kan med kort varsel have udviklet sig til et lidt større vådområde.</p>

Første start søndag:	Kl. 10.00 Fri start kl. 10.00 – 12.00. Maks. Løbetid er 2½ time.
Baner søndag:	Sort 10 km: 9,3 km, 26 poster Sort 8 km: 8,5 km, 24 poster Sort 7 km: 7,2 km, 22 poster Sort 6 km: 5,7 km, 18 poster Sort 5 km: 4,9 km, 15 poster Sort 4 km: 3,8 km, 12 poster Sort 3 km: 3,1 km, 11 poster Gul 6 km: 5,9 km, 17 poster Gul 4 km: 4,0 km, 13 poster Hvid 3,5 km: 3,4 km, 16 poster Grøn 2,5 km: 2,5 km, 13 poster OBS: på hvid og grøn bane, vil der være et grønt snitzlet stræk fra næstsidste post (131) til sidsteposten (120).
Køb af baner	Tilmelding på dagen: Fredag; Under 21 år 50 kr. Øvrige 70 kr. Lørdag og søndag; Under 21; 90 kr. pr. dag Øvrige: 115 kr. pr. dag
Emit-leje:	25 kr. pr. dag.
EKT:	Emit
Café på stævnepladsen	Der vil være et velassorteret udvalg af bl.a. store frokostboller m. forskelligt pålæg, pastasalat, frugt, kager, slik + div. drikkevarer.
Mål	Efter målpassage og aflæsning af brikken, skal løberen selv lægge brikken i aflæserenheden ved strimmeluret. Løbskortet kan beholdes. Det er ikke tilladt at vise kortet til løber, der ikke er startet ud på sin bane. <u>Udgående løbere skal melde sig til tidtagningen.</u>
Væske	Væskeposter i skoven er markeret på postdefinitionen. Der er væske på stævnepladsen.
Resultater	Resultatet opsættes løbende på stævnepladsen og bringes på www.vestjyskorientering.dk
Præmier	Til bedste dame og herre på alle baner både lørdag og søndag

Børnebane	Instruktion for børnebane gives ved start.
Omklædning og bad:	Mejrup Kultur og Fritidscenter, Elkjærvej 26, Mejrup (A 16, 3 km øst for Ringvejen i Holstebro.)
Stævne camping:	<p>Mejrup Kultur og Fritidscenter, Elkjærvej 26, Mejrup (A 16, 3 km øst for Ringvejen i Holstebro.) Følg skilte til camping ved boldbanen. Se info-tavle med opdaterede informationer. Toiletter med baderum findes i centerbygningen. Evt. manglende afregning sker på stævnekontoret. 50 kr. pr. person pr. overnatning (gratis for 0-10 år) Der betales ikke ekstra for telt/ campingvogn. Ønske om strøm angives i bemærkning ved booking. Al booking via O-service.</p> <p>Friluftsbad Friluftsbadet ved centeret har åbent klokken 14-17. Der er soppebassin med opvarmet vand (28 grader) og 25 meter bassin med opvarmet vand (24 grader) Børn til og med 7. klasse: 15,00 kr. Øvrige: 20,00 kr.</p> <p>Information vedr. camping og bospisning Indkøb; Superbrugsen, Viborgvej i Mejrup har åbent dagligt klokken 7.30 til 20. lars@vendelbjerg.dk Telefon 4098 3499</p>

Stævneorganisation:

Stævneleder:

Silas Haargaard, Vestjysk Orienteringsklub
silashaargaard@hotmail.com tlf. 61 75 71 84.

Stævnekontrollant:

Ann Vibeke Mose, Vestjysk Orienteringsklub

Banelægning fredag:

Jesper Lundsgaard, Vestjysk Orienteringsklub

Banelægning lørdag:

Jørgen Damtoft, Vestjysk Orienteringsklub

Banelægning søndag:

Birgitte H. Nielsen, Vestjysk Orienteringsklub

Banekontrol:

Fredag; Søren Maarup Nordvest OK.

Lørdag; Varny Vestergaard Vestjysk Orienteringsklub

Søndag; Erling Trankjær Holstebro Orienteringsklub

Mål, beregning:

Fredag; Lars Ole Kopp. Vestjysk Orienteringsklub.

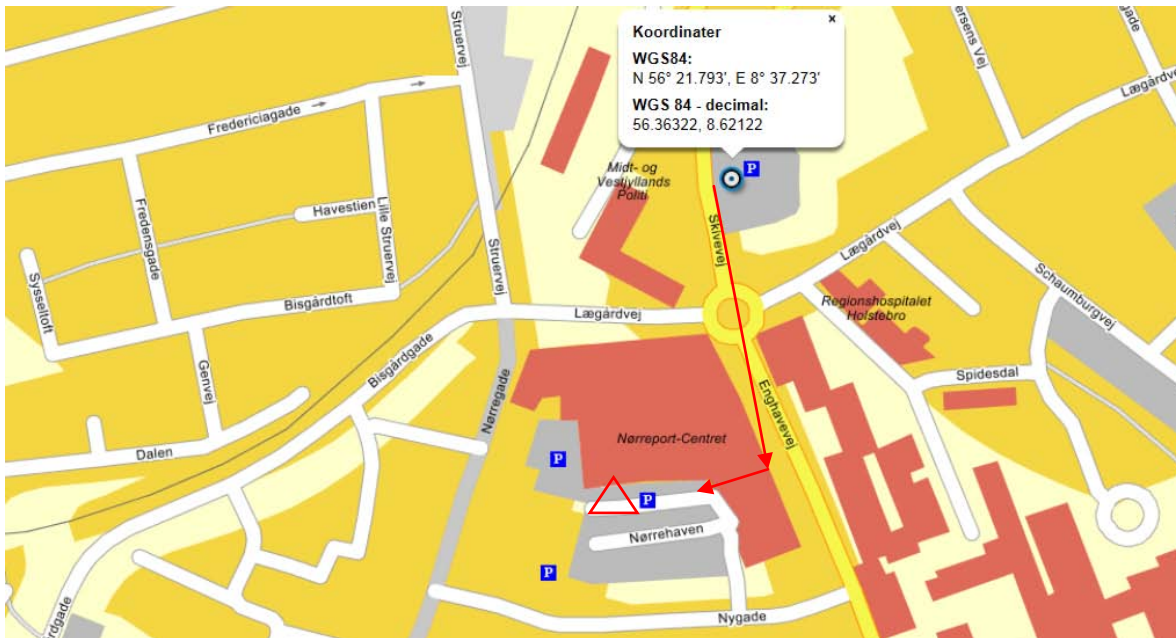
Lør + søn: Ulrik Kirkegaard, Vestjysk Orienteringsklub
ulrikkirkegaard@privat.dk

Camping:

Poul Schöler & Lars Vendelbjerg, Vestjysk Orienteringsklub

Bilag.

Parkering Sprinten fredag. Der må ikke parkeres på Nørrehaven.

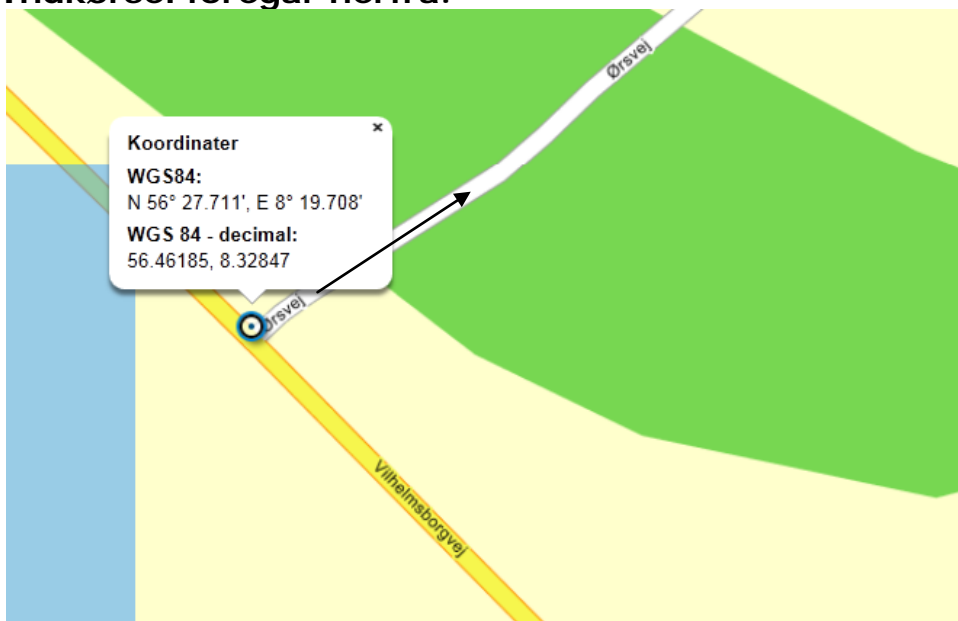


→ Markerer vejen ind til startområdet.

Lørdag.

Afmærkning – Vilhelmsborgvej (rute 521 Holstebro mod Lemvig)

Indkørsel foregår herfra.



Søndag.

Afmærkning – krydset Råstedvej / Fuglsangvej ved Vind kirke.

