

Instruktion Vestjysk 2 dage

28. og 29. juni (der er særskilt instruktion til sprint)

<p>Kort:</p>	<p>Stormfældede områder er markeret med mørkegrøn tæthed 3. Enkelte væltede træer er markeret med grøn streg/oval.</p> <p>Ikke alle væltede træer er markeret på kortet, det var en umulig opgave.</p> <p>Vestre: En del små mountainbike spor er udeladt for overskuelighedens skyld.</p> <p>Kortet er revideret i 2014 af Bjarne Olsen.</p> <p>Stråsø: Oprydning efter stormen foregår stadigvæk og både områder med stormfald og ryddede områder, ligger grenene tilbage.</p> <p>Kortet er revideret i 2014 af Erik Flarup og Clive Allen.</p> <p>Printet, IOF-symboler, 1:10.000 (lør & søn).</p> <p>Der løbes på vandfaste kort alle dage.</p>
<p>Afmærkning og stævneplads lørdag</p>	<p>Afmærkning på Skjernvej og Harrestrupvej, lige syd for ringvejen. Afmærkning</p>
<p>Afmærkning og stævneplads søndag:</p>	<p>Afmærkning på Holstebrovej, 3 km nord for Ulfborg, afmærkning</p> <p>Følg afmærket rute ind til parkering / stævneplads.</p> <p>Indkørsel SKAL ske via denne vej. Parkering ved stævneplads.</p> <p>Campingvogne kan ikke medbringes til stævnepladsen.</p>
<p>Brikudlevering</p>	<p>Lørdag & søndag;</p> <p>Brikker udleveres klubvis ved stævnekontoret, hvor de opbevares i en pose pr. klub. Hvis du ønsker en backupkort, kan du tage en ved start.</p> <p>Det er klubbens egen afgørelse, om klubposen forbliver ved stævnekontoret eller om den medbringes til klubteltet.</p>
<p>Opvarmning</p>	<p>Kan ske på stævneplads og parkering</p> <p>Det er ikke tilladt at varme op i skoven (løbsområde).</p>
<p>Startvejledning lørdag og søndag</p>	<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.</p> <p>Der gives kun adgang til startområdet mod fremvisning af brikken, brikken aflæses af startpersonalet.</p> <p>Der er etableret én startboks pr. bane. I slusen før startboksen findes løse postdefinitioner.</p> <p>Postdefinitioner er også på løbskortet.</p> <p>Startur bipper hvert hele minut.</p> <p>Når du ønsker at starte går du til startenheden.</p>

	<p>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>
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: 9,2 km, 23 poster Sort 8 km: 8,1 km, 19 poster Sort 7 km: 7,5 km, 18 poster Sort 6 km: 6,2 km, 18 poster Sort 5 km: 5,0 km, 17 poster Sort 4 km: 4,3 km, 13 poster Sort 3 km: 3,2 km, 12 poster Gul 6 km: 6,3 km, 16 poster Gul 4 km: 4,3 km, 12 poster Hvid 3,5 km: 3,0 km, 13 poster Grøn 2,5 km: 2,3 km, 12 poster</p>
Første start søndag:	<p>Kl. 10.00 Fri start kl. 10.00 – 12.00. Maks. løbetid er 2½ time.</p>
Baner søndag:	<p>Sort 10 km: 9,5 km, 35 poster Sort 8 km: 7,8 km, 27 poster Sort 7 km: 6,9 km, 22 poster Sort 6 km: 5,9 km, 19 poster Sort 5 km: 4,9 km, 17 poster Sort 4 km: 4,4 km, 18 poster Sort 3 km: 3,1 km, 11 poster Gul 6 km: 5,4 km, 23 poster Gul 4 km: 3,9 km, 16 poster Hvid 3,5 km: 3,3 km, 15 poster Grøn 2,5 km: 2,5 km, 16 poster</p>
Køb af baner	<p>Tilmelding på dagen: Lørdag og søndag; Under 21; 90 kr. pr. dag Øvrige: 115 kr. pr. dag</p>

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, 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>Udgåede 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.vestjyskoriering.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.)
Stævnecamping:	Mejrup Kultur og Fritidscenter, Elkjærvej 26, Mejrup Kirkeby (A 16, 3 km øst for Ringvejen i Holstebro.) Følg skilte til camping ved boldbanen. Der må KUN KØRES PÅ TILKØRSELSVEJEN - IKKE PÅ SELVE BOLDBANEN. Området langs kørevejen er forbeholdt campingvogne. De, der har brug for strøm, tager pladserne nærmest hallen. Toiletter med baderum findes i centerbygningen. Evt. manglende afregning sker på stævnekontoret. Priser: 50 kr. pr. person pr. overnatning (gratis for 0-10 år) Der betales ikke ekstra for telt/ campingvogn. Se info-tavle med opdaterede informationer. Friluftsbad Friluftsbadet ved centeret har åbent hverdage 14.00-17.00, lørdag/søndag 12.00-18.00 Der er kiosk med slik, drikkevarer, is m.m.

Der er soppebassin med opvarmet vand (28 grader) og 25 meter bassin med opvarmet vand (24 grader)
Priser: Børn til og med 7 klasse: 20 kr. Øvrige: 30 kr.

Indkøb

Dagli' Brugsen, Viborgvej 111 i Mejrup har åbent dagligt klokken 6.30 til 21.00.

Mejrup Pizza og Grill Viborgvej 109 åben daglig 16.00-21.00 og weekender 13.00-21.00.

Information vedrørende camping og bespisning.
lars@vendelbjerg.dk Telefon 4098 3499

Stævneorganisation:

Stævneleder:

Ann Vibeke Mose, Vestjysk Orienteringsklub

avm@ucholstebro.dk, 31 51 44 11

Banelægning lørdag:

Poul Schøler, Vestjysk Orienteringsklub

Banelægning søndag:

Varny Vestergaard, Vestjysk Orienteringsklub

Banekontrol:

Lørdag, Jørgen Damtoft, Vestjysk Orienteringsklub

Søndag, Mogens Vennevold og Silas Stauning-Haargaard, Vestjysk Orienteringsklub

Mål, beregning lørdag og søndag:

Lør + søn: René Bitsch og Thomas Nagskov, Vestjysk Orienteringsklub

Camping:

Lars Vendelbjerg, Vestjysk Orienteringsklub