

VESTJYSK



ORIENTERINGSKLUB

Instruktion sprint

Vestjysk 2-dages sprint 24. juni 2016 i Lemvig.

Mødested og mål/stævneplads.

På havnen i Lemvig.

Der er P-muligheder ved bl.a. skaterbanen (østhavnen) og på nærliggende P-pladser.

Der er ikke mulighed for bad og omklædning i Lemvig og der henvises til offentlige toiletter.

Vær opmærksom på meget liv på havnen denne aften med studenterfester, koncert, boldspil m.m.

Start.

Vores overraskelse til jer: Skulle have været transport fra havnen til start med Bjergbanen [Bjergbanen](#) :-). Men uheldigvis har Trafik- og byggestyrelsen netop frataget Bjergbanen køretilladelsen :-)

Så nu kan vi desværre kun tilbyde en god selvopvarmning op ad trapperne til start ved Lemvig Station, - en tur på ca. 600 m og 35 højdemeter.

Der er fri start fra klokken 18 til ca. 1930.

Gå ind i banens startsluse. Tag evt. løs postbeskrivelse. Ved bip fra uret tages kortet i kortkassen.

Der løbes forbi startenheden, hvor din brik aktiveres.

Startliste kan ses på Vestjysk Orienteringsklub hjemmeside og ved start/mål.

Kort.

Lemvig by, tegnet i 2014 og revideret i 2016.

Print på vandfast papir i 1:4.000. Postdefinitioner er trykt på kortet og løse definitioner forefindes ved start.

I byen findes stier og veje, der har op til 15 procents stigning. Løbsområdet er overvejende bebygget område med en del baggårde, gennemgange og smøger. Desuden vil nogle af banerne komme gennem et industriområde. Der vil være grønne og parklignende områder samt boligblokke. En stejl skrænt gennemskærer hele løbsområdet fra nordvest mod syd. Underlaget er overvejende asfalt og flisebelægning, men der vil også være områder med græs.

Vi opfordrer løberne til at vise respekt og ikke løbe gennem hække, træde i blomsterbed og lignende. Hvis du er i tvivl, så brug din sunde fornuft.

Ligeledes opfordrer vi til at vise hensyn, når deltagerne løber i de industriområder, vi har fået tilladelse til at passere.

Færdselsreglerne skal naturligvis respekteres. Alle baner skal mindst to gange krydse trafikerede veje, og der vil ikke være nogen form for trafikkontrol. Kig derfor godt efter, når veje passeres og vis hensyn for andre trafikanter i bybilledet.

Baner.

Bane 1: 2,1 km, 15 poster

Bane 2: 2,3 km, 17 poster

Bane 3: 3,5 km, 22 poster

VESTJYSK



ORIENTERINGSKLUB

Kontrolsystem.

Touch free EMIT-brikker udleveres fra tidtagervogn på havnen. [Se særskilt instruktion for brug af brikken.](#)

Startafgift eftertilmelding (inklusive brug af touchfri EMIT-brik):

-20 år: 90 kr.

21- : 110 kr.

Maksimumtid.

Mål lukkes når sidste løber er i mål, dog senest 2000.

Præmier.

Der er præmie til bedste dame og herre på alle tre baner. Præmier afhentes på stævnekontor i Husby lørdag.

Stævneorganisation

Stævneleder: Lars Ole Kopp, Vestjysk OK

Banelægning: Jesper Lundsgaard, Vestjysk OK

Banekontrol: Lars Storper, Vestjysk OK