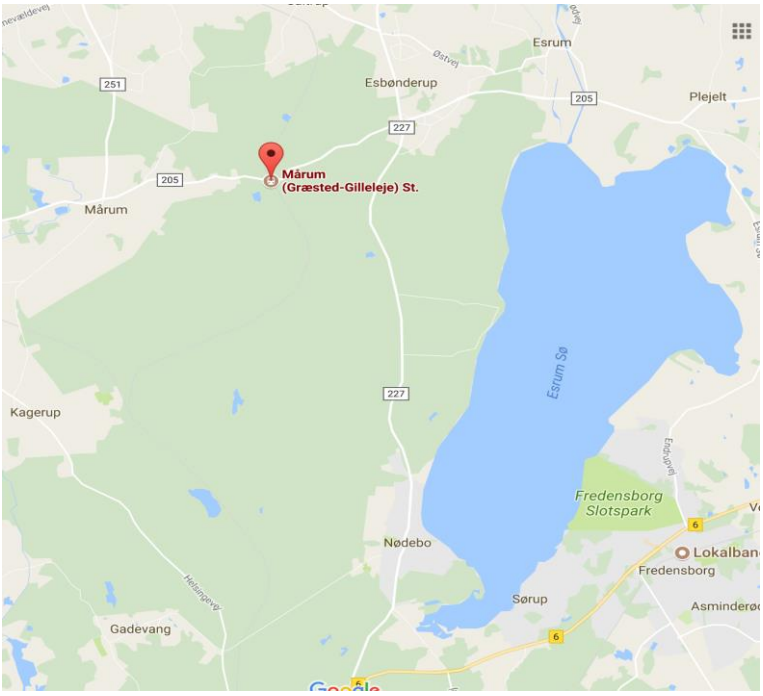



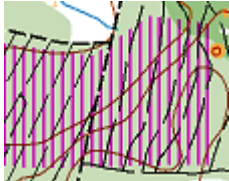


OK73 Instruktion til *Jættemilen* 2017



Rev.1. 18.10.2017

Dato	12. november 2017
Arrangør	OK73 Gladsaxe
Klassifikation	C-stævne *** (3 stjerner).
Løbsområde	Gribskov Mårum og Midt. <i>Der løbes ikke i den del af skoven, hvor WMOC 2018 finale afholdes, d. 13. juli 2018.</i>
Løbsform	Ultra langdistance o-løb med samlet start. Alle baner har gaflinger.
Parkering	Vejvisning fra Mårum Station, Frederiksværksvej 145, 3230 Græsted GPS: 56.0307915, 12.31675 <i>Følg P-vagternes anvisning.</i> Blå/hvid snitzling til stævneplads. Google map: https://www.google.dk/maps/place/M%C3%A5rum+(Gr%C3%A6sted-Gilleleje)+St./@56.0279821,12.3104758,16.46z/data=!4m5!3m4!1s0x46523e80b131d653:0x383438b753c227ce!8m2!3d56.030727!4d12.317023 
Togrejsende	Vi anbefaler at tage toget til Mårum station.

	<p>Se køreplanen på: http://www.lokaltog.dk/media/1120/950r-hilleroed-gilleleje-og-omvendt.pdf Følg Blå/hvid snitzling til stævneplads.</p>
Stævneplads og afstande	<p>Mårum Station - Stævneplads: 1300 meter. Parkering - Stævneplads: 600-800 meter. Start på stævneplads</p> 
Kortet	<p>Gribskov Mårum og Midt. Kortet er tildelt DOF's kvalitetsmærke i 2015 og er revideret i 2017 Kortet er tegnet efter IOFs kortnorm ISOM 2000. Ækvistandance 2.5 m. Målestok 1:7.500 for klasserne D60, D65, H70, H75, Åben K, D70 og H80. Øvrige klasser 1:10.000. Alle kort er digitalt printet og i plastpose. Postbeskrivelserne er trykt på kortet. Der er ingen løse postbeskrivelser. Alle klasser har kortvend, dog undtaget D60, D65 D70, H70, H75 og H80.</p>
Terræn Beskrivelse	<p>Skov: Terrænet er let kuperet og består overvejende af blandet åben løvskov med partier af nåleskov og yngre tættere bevoksning med indslag af åbne enge og større moseområder. Skoven er let gennemløbelig, selv i mange tættere områder. De længere baner passerer indhegninger, hvor der vil være fritgående heste. Disse hegn vil være strømførende. Der er en del jagttårne i terrænet som IKKE vil være markeret på kortet.</p>
Jernbane	<p>Løb på banelegemet er strengt forbudt.</p>
Natur zoner	<p>Naturzoner må ikke gennemløbes. Er markeret som vist.</p> 
SI-Kontrol	<p>System Sport - Ident. Der kan anvendes egen brik.</p> <p>Vær opmærksom på, at din brik skal kunne indeholde alle stemplinger + nogle fejl stemplinger.</p> <p>Instruktionen angiver korrekte postantal.</p> <p>Vedhæftet link til specifikation af briktyper. http://www.sportident.dk/briksalg.htm OK73 tildeler automatisk SI-lejebrikker med stemplinger til respektive bane.</p>

	Lejebrikker koster DKK 35,-. Bortkomne brikker koster DKK 550.
Start	På stævneplads Der er ca. 100m til startpunktet. 1. start kl.0940. Der er fremkald til start ca. 2 minutter før start.
Clear/Check	Løberen er selv ansvarlig for clear og check af SI-brikken, ved de opsatte stativer.
Mål	Fra sidste posten, skal snitzling følges til mål. Alle løbere, også udgåede, skal passere mål. Hvis der er foretaget reserveklip i kortet, skal dette afleveres i mål. Efter mål fortsættes til aflæsning af SI-brikken. Stræktider udleveres umiddelbart efter. Lejede SI-brikker afleveres i mål.
Max tid	Max løbetid er 4 timer. Udgåede løbere SKAL melde sig i mål.
Startliste	Der udsendes ingen startliste, men tilmeldingen kan kontrolleres på vores hjemmeside: www.ok73.dk/jm2017
Væske	Vi tilbyder koldt og varmt vand, med eller uden saft, i mål. På forplejnings- og publikumsposten, på stævnepladsen, tilbydes desuden bananstykker og rosiner. På vejstrækninger er placeret dunke med koldt vand.
Brystnumre	Ingen skal bære brystnumre.
Børnebaner	Der er ingen børnebaner.
Publikums- passage	På stævneplads. Alle klasser undtagen D70 og H80 har publikumspassage.
Børnepasning	Ingen
Overnatning	Der er ikke mulighed for overnatning.
Overtrækstøj	Der er ingen transport af overtrækstøj.
Toiletter	Toiletter findes på stævnepladsen.
Bad	Helsingørshallen Gl Hellebækvej 63-65, 3000 Helsingør, søndag mellem kl. 11 til 16.00.
Kiosk	Velassorteret kiosk på SP, åben fra søndag kl. 08:30. Salg af kaffe, the, hjemmebakket kage, øl, sodavand, store sandwicher, varme pølser og søde sager.
Betalingsform	Kontant eller via Mobile Pay, i danske kroner: Tlf. fremgår af skiltning.
Efteranmeldelse	Der er ikke mulighed for efteranmeldelse. Der henvises til åbne baner på dagen.
Åbne baner	Der vil blive trykt ekstra kort i hver klasse. Så er du ikke tilmeldt, kan du på dagen henvende dig på vort Stævnekontor (telt) på SP.
Betalingsform	Betaling, som ved normal anmeldelse plus DKK 30. Kontant eller via Mobile Pay, i danske kroner: Tlf. fremgår af skiltning.
Præmier	Jættemilsplatten 2017. Der vil være præmier til de 3 første i hver klasse. Derudover sponsorerer "Løberen" følgende: <ol style="list-style-type: none"> 1. plads D-14 og H-14 gavekort på DKK. 250,00. 2. plads D-14 og H-14 gavekort på DKK. 150,00. 3. plads D-14 og H-14 gavekort på DKK. 100,00. Præmieuddeling på SP ca. kl. 13:15 PS! Præmier bliver ikke eftersendt.
Resultater	Opsættes på stævnepladsen, samt på www.ok73.dk/jm2017 hurtigst mulig efter løbet
Første Hjælp	Henvend dig i kiosken, hvor OK73's læge befinder sig. Der vil desuden være skrevet et nød nr. på løbskortet.
Hjerte starter	Hjerte starter placeres i kiosken.
Klager	Klager over resultater skal indleveres til Stævnekontoret – senest 30 minutter efter at resultatet er hængt op.

Klasser og banelængder.

<i>Klasse</i>	<i>Banelængde</i>	<i>Antal poster</i>	<i>Starttid</i>	<i>Klasse</i>	<i>Banelængde</i>	<i>Antal poster</i>	<i>Starttid</i>
D14	7,7 km	17	09:40	H14	7,7 km	17	10:10
D16	11,0 km	24	10:10	H16	15,0 km	30	09:50
D20	15,0 km	30	10:40	H20	20,4 km	37	10:40
D21	15,0 km	30	10:40	H21K	16,1 km	35	09:50
D35	12,0 km	27	09:40	H21	20,4 km	37	10:40
D40	12,0 km	27	09:40	H35	17,1 km	34	10:20
D45	11,0km	24	10:10	H40	17,1 km	34	10:20
D50	8,1km	18	10:10	H45	17,1 km	34	10:20
D55	8,1km	18	10:10	H50	16,1 km	35	09:40
D60	6,9 km	22	09:40	H55	15,0 km	30	10:20
D65	6,9 km	22	09:40	H60	12,0 km	27	09:40
D70	6,1km	19	09:40	H65	12,0 km	27	09:40
D/H Åben lang	11,0 km	24	10:00	H70	6,9 km	22	09:50
D/H Åben kort	7,9 km	18	10:30	H75	6,9 km	22	09:50
				H80	6,1km	19	09:50

Stævneleder	Gunner Jørgensen - OK 73. Mail: gj@scanelpro.dk
Banelægger	Rune Østergaard – Søllerød OK
Banekontrol	Jens Høgfeldt – Ballerup OK
Stævnekontrol	Finn Blom Christensen - Lyngby OK
Dommer	Niels Bentzon – Søllerød OK

På gensyn, d. 12. november til den 54. Jættemil