



# Instruktion til

## SM-Nat i Frederiksværkskovene

### Onsdag den 20. marts 2013

Kørselsvejledning:	Der afmærkes med skærm ved krydset Nørregade/Syrevej i Frederiksværk.			
Parkering:	Parkering forgår P-plads i forbindelse med Halsnæs Rådhus, Rådhuspladsen 1 i Frederiksværk			
Stævnecenter	I forhallen til Rådhusets festsal i bygning øst for selve rådhuset.			
Kort:	Frederiksværkskovene revideret 2012 printede på vandfast papir i 7:500 for klasserne D-12, D-14, D65, H-12, H-14, H70-, H 75- og Åben 4-6, resten af klasserne 1:10.000. <b>Bemærk H21- har kortvend.</b> Løberne ved start 1 løber med A3 kort og resten med A4.			
Postbeskrivelser:	Definitioner i IOF-symboler, løse definitioner forefindes i startboksen, dog kun hvis man har definitionsholder.			
<b>Passage af veje</b>	<b>Alle baner vil passere meget befærdet veje på banerne, dette sker på <u>EGET ANSVAR</u>, så husk at se dig for, dog vil der være bemanded overgang for yngste.</b>			
Terrænbeskrivelse:	Meget varierende skov med veludviklet stisystem med et middel til stærk kuperet og detaljerigt kurvebillede.			
Start:	Start 1: 900 meter, hvid/grøn snitzling for klasser D21-, H21-, H35-, H40- og H45- Start 2: 400 meter, hvid/blå for alle andre klasser			
Overtrækstøj:	Ingen transport af overtrækstøj.			
Startprocedure:	Individuel start med fremkald 4 minutter før start med udlevering af kortet i startøjeblikket, dog udleveres kort til begynder og lette baner 2 minutter før start. Lejebrikker for tilmeldte løbere udleveres i starten. For sent startende henvender sig til startpersonalet.			
Klasser:				
Sværhedsgrader:				
Længder (km):				
	D-12 Let	2,4 km, 12 poster	H-12 Let	2,4 km, 12 poster
	D-14 Ml.svær	3,2 km, 12 poster	H-14 Ml. svær	3,2 km, 12 poster
	D-16 Svær	3,5 km, 12 poster	H-16 Svær	5,5 km, 18 poster
	D-20 Svær	5,2 km, 16 poster	H-20 Svær	8,2 km, 23 poster
	D21- Svær	6,4 km, 16 poster	H21- Svær	9,6 km, 25 poster
	D35- Svær	4,3 km, 13 poster	H35- Svær	8,2 km, 23 poster
	D45- Svær	3,5 km, 12 poster	H40- Svær	7,0 km, 18 poster
	D55- Svær	3,5 km, 12 poster	H45- Svær	6,4 km, 16 poster
	D65- Blå svær	3,2 km, 10 poster	H50- Svær	5,5 km, 18 poster
			H55- Svær	5,2 km, 16 poster
			H60- Svær	4,3 km, 13 poster
			H65- Svær	4,3 km, 13 poster
			H70- Blå svær	3,2 km, 10 poster
			H75- Blå svær	3,2 km, 10 poster

Åbne Baner:	Åbne baner start efter ”put and run” princip. Sælges i stævnecenteret kl. 19.00-20.00. Start mellem kl. 19.30 og 20.30. Pris kr. 85 for D/H 21- og kr. 50,- for D/H-20-. Leje af SI-brik kr. 15,-.												
Sværhedsgrader:													
Længder (km):	<table border="1"> <tr> <td>Åben 1 Svær</td> <td>6,3 km, 19 poster</td> </tr> <tr> <td>Åben 2 Svær</td> <td>4,2 km, 12 poster</td> </tr> <tr> <td>Åben 3 Blå svær</td> <td>5,1 km, 14 poster</td> </tr> <tr> <td>Åben 4 Ml. svær</td> <td>3,2 km, 12 poster</td> </tr> <tr> <td>Åben 5 Let</td> <td>2,4 km, 13 poster</td> </tr> <tr> <td>Åben 6 Begynder</td> <td>2,1 km, 15 poster</td> </tr> </table>	Åben 1 Svær	6,3 km, 19 poster	Åben 2 Svær	4,2 km, 12 poster	Åben 3 Blå svær	5,1 km, 14 poster	Åben 4 Ml. svær	3,2 km, 12 poster	Åben 5 Let	2,4 km, 13 poster	Åben 6 Begynder	2,1 km, 15 poster
Åben 1 Svær	6,3 km, 19 poster												
Åben 2 Svær	4,2 km, 12 poster												
Åben 3 Blå svær	5,1 km, 14 poster												
Åben 4 Ml. svær	3,2 km, 12 poster												
Åben 5 Let	2,4 km, 13 poster												
Åben 6 Begynder	2,1 km, 15 poster												
Kontrolsystem:	SportIdent anvendes.												
Maxtid:	Er 2,5 timer i alle klasser.												
Mål:	Mål er i skoven, følg hvid/rød snitzling 300 til stævnecenter hvor brik skal aflæses. Evt. lejbrik afleveres ved aflæsning i stævnecenteret. Løbskortet kan beholdes, men må ikke vises til ikke-startede løbere.												
Præmier:	SM-medaljer uddeles hurtigst mulig i stævnecenter												
Toilet:	Findes kun i stævnecenter												
Kiosk:	Kiosk i stævnecenter												
Væske:	I ved stævnecenteret												
Resultater:	Ophænges i stævnecenteret. Resultater og stræk tider bliver lagt på klubbens hjemmeside hurtigst mulig.												
Klager og protester:	Afleveres i beregningen, kan ske både mundtligt og skriftligt.												
Stævneleder:	Lena Wraa, THOK, 4239 5867 eller mail lenawraa@mail.dk												
Banelægger:	Peter Wraa, THOK												
Stævnekontrol:	Dan Haagerup, THOK												
Banekontrol:	Egon Neregaard, THOK												
Dommer:	Tom Neesgaard, FSK Orientering												