



# 2013

# VINTER-CUP

# 2014



## Vinter-trænings-konkurrence med SPORTident-kontrol

### Løbsform

OK Øst Birkerød og Lyngby OK indbyder til stjerneløb med **samlet start for hver klasse**. Gennemgående konkurrence over 5 lørdage. 4 ud af 5 løb er tællende i det samlede resultat. På de svære baner er der præmier til de samlede vindere, der har gennemført mindst 4 løb. **OGSÅ i år: Deltag i 5 løb for fires pris ved samlet tilmelding!**

På Vinter-Cup Light er der lodtrækningspræmie blandt dem, der har gennemført mindst 4 løb (præmier eftersendes ikke). Hvis flere vil følges ad på Light banen, er dette tilladt, men det skal angives for hver løber ved tilmeldingen i O-service, og der betales for hver løber. **OBS Ny Vinter-Cup konto: Reg. nr. 5028 konto nr. 1326764. OBS**

### Klasser og banelængder

D-18	ca. 5 km svær	D50	ca. 5 km svær	H19	ca. 10 km svær	H60	ca. 5 km svær
D19	ca. 7 km svær	D60	ca. 3 km svær	H40	ca. 7 km svær	H70	ca. 3 km svær
D35	ca. 5 km svær	H-18	ca. 7 km svær	Vinter-Cup Light	ca. 4 km mellemsvær		

Der vil **IKKE** være mulighed for at løbe på åbne baner.

Tid	Skov	Mødested	Hovedarrangør
1. afd. 7/12-2013	Boserup Skov,	Roskilde Friskole, Boserupvej 100, Roskilde,	OK Øst Birkerød
2. afd. 21/12-2013	Bøndernes Hegn,	Bagsværd Roklub, Skovalleen 38, Bagsværd	Lyngby OK
3. afd. 4/1-2014	Ermelunden,	Trongårdsskolen, Trongårdsvej 50, Lyngby	OK Øst Birkerød
4. afd. 18/1-2014	Danstrup/Krogenberg,	Kvistgård Idrætsanlæg, Reerstrupvej, Kvistgård	Lyngby OK
5. afd. 1/2-2014	Rude Skov,	Sjælsøskolen, Ravnsnæsvej 120, Birkerød	OK Øst Birkerød

Udlevering af SI-lejebrikker fra kl. 12.45 - **samlet afgang til start kl. 13.15 præcis** - starten går ca. 13.30 - 13.34

### Tilmelding      **Betaling via egen klub til Vinter-Cup konto: Reg. nr. 5028 konto nr. 1326764**

Tilmelding via **O-Service senest 8 dage (fredag) før løbet** med oplysning om eget **SI-brik-nummer** og **alder**.

**Alle**, der **ikke** senest **8 dage** før løbet har **opgivet SI-nr.**, får tildelt en **SI-lejebrik** til **15 kr./løb**, som skal betales samtidig med startafgiften. Bortkomne eller ikke afleverede lejebrikker skal erstattes med genanskaffelsesprisen.

**Betalingen** bliver **opkrævet klubvis via klubkassererne** efter første løb.

**Tilmeldinger er bindende**. Yderligere oplysninger hos: Janet Bentzen: 26502056 og Thomas Østergaard: esselte@dbmail.dk.

### Startafgift og SI-brik-leje

65 kr. (40 kr. til og med 16 år) pr. løb ved tilmelding senest 8 dage (fredag) før løbet. Ved samlet tilmelding og betaling til alle 5 løb: 260 kr. (160 kr. til og med 16 år). SI-brik-leje 15 kr./løb.

### Resultater

Ud over ophængning på dagen vil der være mulighed for at se resultaterne på internettet på OK Øst Birkerøds hjemmeside: <http://www.okoest.dk/> og Lyngby OKs hjemmeside: <http://lyngbyok.dk/>



Lyngby OK

# Vel mødt i vinterskoven!



OK Øst Birkerød