Instruktion

Nordjysk 2-Dages fredag den 10. marts 2017

Natløb – Hammer Bakker

Kørevejledning	**Der er afmærkning fra Tingvej, 9310 Vodskov.**
Mødested	**Afmærkning fra Vodskov. Stævneplads ligger ved vejen Gennem Bakkerne. GPS koordinater: 57.13097360390743, 10.023358249121088**
Stævneplads	**Åbent område den centrale del af Hammer Bakker**
Stævnekontor	**På stævneplads Åbent fra fredag kl. 18.00 Modtager rettelser fra løbere og deltagerbetaling.**
Toiletter	**Findes ved stævneplads. Der forefindes ikke bad.**
Afstande	**Parkering – stævneplads: 0 – 250 m. Stævneplads – start: 450 m. Følg hvid-orange afmærkning.**
Klasser og banelængder	

Klasse	Længde (km)	Postantal
1D	5,5	19
1H	5,8	21
2D	4,5	14
2H	4,5	14
3D	3,0	11
3H	3,0	10
4D	3,0	12
4H	3,4	12
5 D/H	2,7	13

Åbne baner	**Findes ikke.**
Kontrolsystem	**Emit. Der udleveres back-up-kort og evt. lejebrik i starten.**
Kort og terræn	**Hammer Bakker, 2015 med mindre rettelser i 2017. Målestok: 1:10.000 Ækvidistance: 5 m Postbeskrivelse: IOF symboler Der løbes på printede kort på rivfast papir. Område med meget varieret bevoksning og gennemløbelighed. Flere større og mindre åbne stifattige områder med lyng og græs. Middel til kraftig kuperet med vekslende detaljeringsgrad i kurvebilledet. Det er forefindes mange hegn i løbsområdet, som kan passeres med forsigtighed.**
Forbudte områder	**Det er forbudt at passere områder, som er tegnet med olivengrønt på løbskortet. Overtrædelse vil medføre diskvalifikation.**
Kortrettelser	**Kort med evt. rettelser foretaget efter kortets fremstilling findes på stævnepladsen og ved starten.**
Postbeskrivelser	**IOF-symboler. Postdefinitioner er trykt på løbskortet. Desuden udleveres løse postbeskrivelser, hvis løberen medbringer holder.**

Start	**Første start kl. 19.00.** **Løberen går ind i start 4 minutter før start. Din starttid vises på uret ved indgangen til start.** **Lejebrikker udleveres i starten. Lejebrikken beholdes efter løbet, hvis du skal benytte den til lørdagens og / eller søndagens løb.** **Desuden udleveres back-up-kort, som monteres på brikken.** **Løbere på bane 5 D/H får udleveret løbskortet 2 minutter før start.** **Emitbrikken lægges i startenheden 5 sekunder inden din starttid og løftes i startøjeblikket.**
For sent startende	**Henvender sig hos startpersonalet, som udleverer back-up-kort og løbskort.**
Mål	**Emitbrikken lægges i postenhed på målstregen.** **Her efter følger løberen målslusen til brikaflæsning, hvor der udleveres strimmel med stræktider.** **Lejebrik beholdes, hvis du skal løbe søndag.** **Løbskortet inddrages ikke, men undlad at vise det til ikke-startede løbere.**
Maxtid	**2½ time**
Overtrækstøj	**Der transporteres ikke overtrækstøj fra start**
Præmier	**Der er ingen præmier.**
Tobaksrygning	**Tobaksrygning er forbudt på stævnepladsen.**
Børneaktivering	**Ingen.**
Børnebaner	**Ingen.**
Kiosk	**Der forefindes kiosktelt på stævnepladsen med et begrænset udvalg.**
Klager/protester	**Indgives til stævnekontoret, hvor stævneleder og dommer træffes.**
Stævneleder	**Thomas Lindschouw, Aalborg OK, tlf. +4541774621**
Stævnekontrol	**Kjeld Arildsen, OK Vendelboerne**
Dommer	**Jess Rasmussen, Viborg OK**
Banelægger	**Helle Bobach, Aalborg OK**
Banekontrollant	**Tue Strøm Jensen, Aalborg OK**