



# Instruktion

## Svinkløv Klitplantage - Natprolog

Nordjysk 2-Dages fredag d. 15. marts 2019.



### Bemærk særligt:

- Rettelser af løber og brik skal ske inden stævnet pr mail til [info2019@nordjysk2dages.dk](mailto:info2019@nordjysk2dages.dk)

|                   |  |
|-------------------|--|
| Arrangør:         | Aalborg OK   |
| Klassifikation:   | C-løb  |
| Kørevejledning:   | Afmærkning fra Hjortdalvej, 9690 Fjerritslev (se <a href="#">kort</a> )<br>GPS: 57.1336339,9.3446287   |
| Afstande:         | Parkering til stævneplads: 0 – 100 m<br>Stævneplads til start: 500 m.  |
| Stævneplads:      | På åben plads i sydøst del af skoven   |
| Stævnekontor:     | Forefindes på stævnepladsen.<br>Åben fredag fra kl. 18.00<br>Rettelser af briknumre og udleje af brikker   |
| Terræn            | Svinkløv Klitplantage:<br>Området består hovedsageligt af detaljerige indlandsklitter med et tæt vej og stinet. Skoven er i stor udstrækning nåletræsbevokset i vekslende tætheder.<br>Der er ophængt kort ved start og stævneplads. |
| Start:            | Alle klasser starter fra samme start.<br><br>Første start kl. 19.00.<br>Følg skiltning og orange/hvid snitzling til start.   |
| Kort:             | Svinkløv Klitplantage. Printede kort på riv- og vandfast papir påtrykt postbeskrivelse. Opdateret 2018.<br>Ækvidistance 2,5 m.. Målestok 1:7.500.  |
| Postbeskrivelser: | IOF-symboler. Ved start er der løse postbeskrivelser der <b>skal</b> monteres i holder således, at de ikke tabes i skoven. Der er også postdefinitioner trykt på løbskortet.   |

Baner/klasser:

| Bane  | Banelængde | Postantal | Sværhedsgrad |
|-------|------------|-----------|--------------|
| D 1   | 5,4 km     | 19        | Svær         |
| D 2   | 4,5 km     | 17        | Svær         |
| D 3   | 3,0 km     | 14        | Svær         |
| D 4   | 3,5 km     | 16        | Mellemsvær   |
| H/D 5 | 2,8 km     | 14        | Let          |
| H1    | 5,5 km     | 18        | Svær         |
| H 2A  | 4,5 km     | 16        | Svær         |
| H 2 B | 4,5 km     | 18        | Svær         |
| H 3   | 3,0 km     | 14        | Svær         |
| H 4   | 3,5 km     | 16        | Mellemsvær   |

Toilet: Findes på stævneplads

Bad: Der er ikke mulighed for bad.

Startliste: Ophænges på stævneplads og ved start.  
Banelængder, postantal og briknummer er anført herpå.  
Findes også på løbets hjemmeside.

Væskeposter: Ved mål er der tempereret vand og tyndet saft.

Elektronisk tidtagning: Der anvendes EMIT.  
Ved start er der opstillet en prøvepost med lysdiode til test af medbragte EMIT-brikker.

Ved manglende lyssignal **skal** man henvende sig til **stævnekontoret** for at få udleveret ny lejebrik.

Fri start: For løbere på bane D/H 5 er der FRI STARTTID, og det vil sige, at starttiden aftales med startpersonalet, og det er tilladt på natløbet at løbe to på samme tid.

Fri start i tidsrummet: 19.00 – 20.00

Startprocedure: Når uret ved start viser din starttid, går du ind i første startboks.

**Her får du udleveret back-up-kort og evt. lejet brik.**

Løberen monterer selv back-up-kort på sin brik.

Har du glemt din brik eller er den defekt, kan du leje en brik på stævnekontoret. Det koster kr. 25,- pr løb.

I boks 2 er der mulighed for løse postbeskrivelser til løbere med **egen holder** til postbeskrivelser. Selvbetjening – eget ansvar for korrekt bane.

I boks 3 kontrolleres løberens starttid. Løbere på lette og begynderbaner får udleveret kortet.

1 min. før start går løberen frem til den kortkasse, hvorpå løberens klasse er markeret og tager sit kort, placerer sig ved nærmeste, ledige EMIT-startenhed og med kortet med kortsiden nedad.

Ved første bip 5 sek. før start lægges EMIT-brikken i startenheden og løftes på det lange bip, hvorefter man er startet.

Løberen kan blive diskvalificeret, hvis ovenstående procedure ikke følges.

**Løberen er selv ansvarlig for at tage korrekt kort.**

Har du alligevel taget et forkert kort eller mere end et, så henvend dig til startpersonalet. **Læg ikke selv kort tilbage i kortkassen.**

For sent startende henvender sig til startpersonalet.

Elektronisk  
Postregistrering:

Det er vigtigt, at EMIT-brikken lægges helt ned i postenheden ved postpassage. Kontrolnummeret er påtrykt lodret og synligt på begge sider af posten.

Overtrækstøj:

Der er ikke transport af overtrækstøj.

Max.tid:

2 timer for alle deltagere.

Målpassage:

Måltid bliver registreret, når EMIT-brikken lægges i målposten på målstregen. Herefter følger løberen målslusen til brikaflysning og videre til udlevering af stræktider.

**Skal du løbe lørdag og/eller søndag, inddrages lejet EMIT-brik ikke. Pas på din brik. Blicher den væk skal den erstattes med kr. 510,- .**

Løbskortet beholdes efter målpassage, men det er ikke tilladt at vise kortet til ikke startede løbere. Alle løbere opfordres til at udvise Fair Play.

Udgåede løbere:

Skal henvende sig i mål for registrering.

Resultater:

Ophænges løbende på stævnepladsen, og lægges på løbets hjemmeside [www.nordjysk2dages.dk](http://www.nordjysk2dages.dk) samt på winsplit og o-result umiddelbart efter løbet.

Diskvalifikation:

Ved evt. diskvalifikation kan oplysning om årsag fås ved henvendelse til stævnekontoret. Ved fejl-diskvalifikation godkendes løberen og indgår i resultatlisten. Afgørelsen sker i henhold til DOF's regelsæt om brug af EMIT ved orienteringsstævner.

Præmier:

Ingen præmier

Kiosk:

Findes på stævneplads – begrænset udvalg.

Klager/protester:

Evt. klager/protester indgives på stævnekontoret i henhold til DOF's Reglement. Stævneleder og dommer træffes ved henvendelse til stævnekontoret.

Evt. navne-  
/brikændring:

Sendes til [info2019@nordjysk2dages.dk](mailto:info2019@nordjysk2dages.dk) inden stævnedagen. Ved ændringer opstået på dagen rettes henvendelse til stævnekontoret i god tid inden start. Vi modtager også rettelser til lørdag og søndag.

Fortræning fredag:

På løbets hjemmeside findes indbydelse og kørselsvejledning.

Tobaksrygning:

Forbudt på stævneplads, i skoven og omklædning/bad.

Banelængder:

Der er ophængt særskilt oversigt over bane/klasselængder med oplysning om antal poster.

Førstehjælp Ved behov for førstehjælp kontakt stævnekontoret  
Der forefindes hjertestarter.

Stævneleder: Johanne Winther, Aalborg OK, 2613 6078  
Tina Udholm, Aalborg OK, 4050 1909  
Helle Bobach, Aalborg OK, 4060 7661

Stævnekontrol: Kjeld Arildsen, OK Vendelboerne.  
Dommer: Pia Hejlskov Mogensen, St. Binderup OK.  
Banelægger natløb: Edith Sørensen, Aalborg OK.  
Banekontrol natløb: Hans Pedersen, Aalborg OK.

***God tur i skoven.***