



# Indbydelse

## Aalborg Orienteringsklub inviterer til Nordjysk 2-Dages 2025

**Fredag den 14. marts, natprolog i Vester Thorup Klitplantage**  
**Lørdag den 15. marts, langdistance i Vester Thorup Klitplantage**  
**Søndag den 16. marts, mellemdistance i Vester Thorup Klitplantage**

**Fredag den 14. marts, fortræning i Svinkløv Klitplantage**

<b>Klassifikation:</b>	C-løb, ** med eliteklasser  Natprolog fredag, Langdistance lørdag Mellemdistance søndag
<b>Stævnekontor og resultatformidling</b>	På stævnepladserne. Åbningstid: Fredag kl. 18 til 21 Lørdag kl. 10 til 16 Søndag kl. 8.30 til 13.30
<b>Stævneplads</b>	Fredag den 14. marts på åben plads øst for Thorup Strandvej  Lørdag den 15. marts og søndag den 16. marts på stor åben plads midt i klitplantagen.  Der er afmærkning alle tre dage fra Thorup Strandvej.
<b>Løbskort</b>	Fredag den 14. marts: Thorup strand øst, revideret 2023 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Målestok alle klasser 1:7.500</li> <li>• Ækvidistance: 2,5 m</li> </ul> Lørdag den 15. marts og søndag den 16. marts: Vester Thorup Klitplantage, nyttegnet 2024. <ul style="list-style-type: none"> <li>• H/D45+: 1:7.500</li> <li>• H/D10–H/D40: 1:10.000*</li> <li>• Ækvidistance: 2,5 m</li> </ul> Postbeskrivelse: IOF symboler Kortet printes på vand og rivfast papir.

\* Som ekstra service for løberne er der muligvis flere klasser som får 1:7.500, hvis baneforløbet kan være på en A4. Dette vil være angivet i instruktionen.

### Klasseinddeling:

Der udbydes nedenstående klasser med anslåede banelængder:

#### Natprolog den 14. marts

D1	Sort – Svær	4,5 km
D2	Sort – Svær	3,8 km
D3	Sort – Svær	2,7 km
D4	Gul – Mellemsvær	3,0 km

H1	Sort – Svær	5,5 km
H2	Sort – Svær	4,0 km
H3	Sort – Svær	2,7 km
H4	Gul – Mellemsvær	3,0 km
D/H	Hvid – Let	2,7 km


#### Langdistance den 15. marts og mellemdistance den 16. marts

Klasse	Lang lørdag	Mellem søndag	Sværhedsgrad
Beg	2,8	2,1	Begynder
D-10A	2,8	2,1	Begynder
D-10B	2,0	1,6	Begynder
D-12A	3,5	2,6	Let
D-12B	2,9	2,1	Begynder
D-14A	3,8	2,7	Mellemsvær
D-14B	3,3	2,6	Let
D-16A	3,7	2,3	Svær
D-16B	2,7	1,9	Mellemsvær
D-20E	5,5	2,5	Svær
D-20A	3,9	3,0	Svær
D-20AK	2,3	1,7	Svær
D-20B	2,7	2,0	Mellemsvær
D-20C	3,5	2,6	Let
D21-E	7,7	3,6	Svær
D21-A	5,1	3,1	Svær
D21-AM	4,1	2,9	Svær

D21-AK	3,2	2,4	Svær
D21-B	3,8	2,7	Mellemsvær
D21-C	3,8	2,9	Let
D35-A	4,5	3,1	Svær
D35-B	3,4	2,2	Mellemsvær
D40-A	4,4	3,0	Svær
D45-A	3,9	3,0	Svær
D45-AK	2,6	2,0	Svær
D45-B	2,7	2,0	Mellemsvær
D50-A	3,5	2,7	Svær
D55-A	3,3	2,6	Svær
D55-AK	2,3	1,7	Svær
D60-A	3,2	2,4	Svær
D65-A	2,6	2,0	Svær
D70-A	2,6	1,8	Svær
D75-A	2,3	1,7	Svær
D80-A	1,7	1,4	Svær
D85-A	1,5	1,2	Svær
D/H90-A	1,5	1,2	Svær

Klasse	Lang lørdag	Mellem søndag	Sværhedsgrad
H-10A	2,8	2,1	Begynder
H-10B	2,0	1,6	Begynder
H-12A	3,8	2,9	Let
H-12B	2,9	2,1	Begynder
H-14A	4,1	2,9	Mellemsvær
H-14B	3,3	2,6	Let
H-16A	4,9	2,7	Svær
H-16B	3,4	2,2	Mellemsvær
H-20E	8,6	3,1	Svær
H-20A	5,1	3,1	Svær
H-20AK	3,2	2,3	Svær
H-20B	3,8	2,7	Mellemsvær
H-20C	3,5	2,6	Let
H21-E	11,7	4,5	Svær
H21-A	7,7	3,6	Svær
H21-AM	5,1	3,1	Svær

H21-AK	3,9	2,7	Svær
H21-B	4,1	2,9	Mellemsvær
H21-C	4,2	3,0	Let
H35-A	7,4	3,8	Svær
H35-B	4,0	2,5	Mellemsvær
H40-A	7,1	3,8	Svær
H45-A	6,6	3,8	Svær
H45-AK	3,2	2,3	Svær
H45-B	3,4	2,2	Mellemsvær
H50-A	5,7	3,6	Svær
H55-A	4,9	3,4	Svær
H55-AK	3,3	2,0	Svær
H60-A	4,5	3,1	Svær
H65-A	4,1	2,9	Svær
H70-A	3,7	2,6	Svær
H75-A	3,3	2,0	Svær
H80-A	2,6	1,8	Svær
H85-A	1,7	1,4	Svær

<b>Terrænbeskrivelse</b>	<p>Vester Thorup klitplantage er en af Danmarks største sammenhængende nåletræsplantager og en stor naturoplevelse at løbe i. Kurvebilledet veksler fra helt fladt til småkuperet, og der er sågar en stejl gammel kystskrænt. Området har mange bevoksede indlandsklitter samt nogle åbne klitområder. Gennemløbeligheden veksler fra fint til tungt løbet nåleskov og enkelte områder med tæt bjergfyrr.</p> <p>Dele af terrænet har et udbredt og detaljeret stinet, mens stierne i andre dele af terrænet ligger mere spredt.</p> 
<b>Børnebaner</b>	<p>Afmærket gratis bane tilbydes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lørdag kl. 10.00 – 14.00</li> <li>• Søndag kl. 08.30 – 12.00</li> </ul> <p>Børnebaner afhentes i særskilt telt på stævnepladsen. Der er små præmier til alle børn, der gennemfører.</p>
<b>Tidtagning</b>	<p>Der er elektronisk tidtagning med EMIT-system. Lejebrikker udleveres ved start og skal afleveres ved mål efter sidste løb. Løbere med egen brik opfordres til at lave tydelig personmærkning.</p>

	Beregning med Etiming.
<b>Mødested</b>	<p>Fredag – Vester Thorup Klitplantage: Afmærkning fra Thorup Strandvej. GPS koordinater 57°07'23.2"N 9°07'41.9"E</p> <p>Lørdag og søndag Vester Thorup Klitplantage: Afmærkning fra Thorup Strandvej. GPS koordinater: 57°07'12.3"N 9°07'34.0"E</p>
<b>Afstande</b>	<p>Natprolog den 14. marts:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Parkering – Stævneplads: 600 meter</li> <li>• Stævneplads – Start: 100 meter</li> </ul> <p>Langdistance 15. marts:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Parkering – Stævneplads: 0 - 100 meter</li> <li>• Stævneplads – Start 1: 1700 meter</li> <li>• Stævneplads – Start 2 : 900 meter</li> <li>• Start 2 er alle begynder, lette, mellemsvære samt D80-A, D85-A, D/H90-A og H85-A</li> </ul> <p>Mellemdistance den 16. marts:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Parkering – Stævneplads: 0 - 100 meter</li> <li>• Stævneplads – Start: 100 meter</li> </ul>
<b>Første start</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Natprolog</b> fredag den 14. marts: Kl. 19.00 Der startes individuelt med fast starttider for alle. Med fremkald 4 minutter før start.</li> <li>• <b>Langdistance</b> den 15. marts: Kl. 11.00, fri start slutter kl. 14.00.</li> <li>• <b>Mellemdistance</b> den 16. marts: Kl. 9.00, fri start slutter kl. 12.00.</li> </ul> <p>Der er faste starttider i D20E, D20E, H20E og H21E. Øvrige klasser har fri start til weekendens løb.</p>
<b>Skygning</b>	Der må skygges i klasserne D10B, D12B, H10B, H12B og BEG.
<b>Toiletter</b>	På stævneplads og ved start lørdag / søndag.
<b>Børneaktivering</b>	Der tilbydes ikke børneaktivering.
<b>Tilmelding</b>	<p>Klubvis senest 28. februar 2025</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Danske klubber:</b> Klubvis på O-service.</li> <li>• <b>Udenlandske klubber:</b> Tilmelding på OrienteeringOnline – på <a href="https://www.orienteeingonline.net/CompetitionBasicInfo.aspx?CompetitionID=13629">https://www.orienteeingonline.net/CompetitionBasicInfo.aspx?CompetitionID=13629</a></li> </ul>
<b>Efteranmeldelse</b>	Modtages ikke. Der henvises til åbne baner.
<b>Startafgift:</b>	<p>Skal betales samtidig med løbstilmeldingen.</p> <p>Fortræning den 14. marts</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alle baner DKK 45,-</li> </ul> <p>Natprolog den 14. marts</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• H/D-20 DKK 75,-</li> <li>• H/D21-DKK 100,-</li> </ul> <p>Langdistance den 15. marts</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• H/D-20 DKK. 90,-</li> <li>• H/D21- DKK. 120,-</li> </ul> <p>Mellemdistance den 16. marts</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• H/D-20 DKK. 90,-</li> <li>• H/D21- DKK. 120-</li> </ul> <p>Ved leje af EMIT-brik forhøjes startafgiften med DKK. 15,00 pr stk. pr. løb.</p> <p>Danske klubber betaler startafgiften på reg.nr. 7450 konto 1639772.</p> <p>Udenlandske løbere betaler på kontonr.:</p> <p style="padding-left: 40px;">Nordjyske Bank IBAN-nummer: DK9274500001639772 SWIFT-BIC: RINGDK22</p> <p>Aalborg Orienteringsklub Kasserer Jan Møller Nordfeldparken 25 DK-9400 Nørresundby</p> <p>Afsender betaler alle omkostninger. Tilmelding er først godtaget når startafgiften er tilgået Aalborg Orienterings-klub. Alle beløb er i danske kroner.</p> <p>Klubnavn skal angives ved bank transfer</p>																								
<b>Bortkommen brik</b>	For ikke afleveret eller bortkommet brik opkræves DDK. 510,00 pr. brik.																								
<b>Åbne baner</b>	<p>Der udbydes åbne baner lørdag og søndag med tilmelding på løbsdagene.</p> <table border="1" data-bbox="432 1599 992 1850"> <thead> <tr> <th>Klasse</th> <th>Mellem</th> <th>Lang</th> <th>Sværhedsgrad</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Åben1</td> <td>4,6</td> <td>5,8</td> <td>Svær</td> </tr> <tr> <td>Åben2</td> <td>2,3</td> <td>2,9</td> <td>Svær</td> </tr> <tr> <td>Åben3</td> <td>2,9</td> <td>3,6</td> <td>Mellemsvær</td> </tr> <tr> <td>Åben4</td> <td>2,4</td> <td>3,0</td> <td>Let</td> </tr> <tr> <td>Åben5</td> <td>2,0</td> <td>2,0</td> <td>Begynder</td> </tr> </tbody> </table> <p>Åbne baner sælges fra 1. start og 2 timer frem i stævnekontoret.</p> <p>Pris åbne baner:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• H/D-20: DKK 100,-</li> <li>• H/D21-: DKK 130,-</li> </ul>	Klasse	Mellem	Lang	Sværhedsgrad	Åben1	4,6	5,8	Svær	Åben2	2,3	2,9	Svær	Åben3	2,9	3,6	Mellemsvær	Åben4	2,4	3,0	Let	Åben5	2,0	2,0	Begynder
Klasse	Mellem	Lang	Sværhedsgrad																						
Åben1	4,6	5,8	Svær																						
Åben2	2,3	2,9	Svær																						
Åben3	2,9	3,6	Mellemsvær																						
Åben4	2,4	3,0	Let																						
Åben5	2,0	2,0	Begynder																						

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Brikleje: DKK 15,-</li> </ul>
<b>Præmier:</b>	<p>For begge løb er der præmier til 1. 2. og 3. plads i børne- og ungdomsklasser til og med 16 år. Præmier vil blive uddelt når klasserne er afgjort.</p> <p>Der er præmier til alle gennemførte deltagere i D/H10A/B</p>
<b>Kiosk</b>	<p>Fortræning</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ingen kiosk</li> </ul> <p>Natprolog.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ingen kiosk</li> </ul> <p>Langdistance og mellemdistance:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• På stævnepladsen vil der være en velassorteret kiosk og et stort kantinetelt.</li> </ul>
<b>Information</b>	<p>E-mail: <a href="mailto:2025@nordjysk2dages.dk">2025@nordjysk2dages.dk</a>  Der henvises til løbets hjemmeside <a href="http://www.nordjysk2dages.dk">www.nordjysk2dages.dk</a></p>
<b>Startliste og instruktion</b>	På stævnets hjemmeside tirsdag den 11. marts.
<b>Resultatformidling</b>	På stævnepladserne. Endelig resultatliste kan hentes på stævnets hjemmeside og som on line resultater.
<b>Fortræning</b>	<p>Der er mulighed for fortræning i Svinkløv Klitplantage, fredag den 14. marts.  57°08'04.6"N 9°19'35.5"E</p> <p>Afmærkning fra krydset mellem Svinkløvvej og Skovlyvej.</p> <p>Bane 1 – ca. 8,0 km svær  Bane 2 – ca. 6,0 km svær  Bane 3 – ca. 5,0 km svær  Bane 4 – ca. 3,5 km svær  Bane 5 – ca. 5,3 km mellemsvær  Bane 6 – ca. 4,2 km mellemsvær  Bane 7 – ca. 3,0 km let  Bane 8 – ca. 2,4 km begynder</p> <p>Kort: Svinkløv Klitplantage, revideret 2022.</p> <p>Målestok:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bane 1 og 2 1:10.000</li> <li>• Øvrige baner 1:7.500</li> </ul> <p>Pris pr. kort DKK. 45,00. Betales ved tilmelding.</p> <p>Start kan ske mellem kl. 10.00 og 15.00. Postindsamling vil starte kl. 16.00.</p> <p>Kort udleveres klubvis.</p>

	<p>Deltagerne står selv for start og målgang, og der er ingen resultatservice. Brikker kan aflæses ved EMIT-aflæser, hvis der ønskes strimmel med mellemtider.</p> <p>Tilmelding:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• O-service for danske løbere</li> <li>• Udenlandske løbere på <a href="https://www.orienteringonline.net/CompetitionBasicInfo.aspx?CompetitionID=12707">https://www.orienteringonline.net/CompetitionBasicInfo.aspx?CompetitionID=12707</a></li> </ul> <p>Yderligere oplysning: <a href="mailto:2025@nordjysk2dages.dk">2025@nordjysk2dages.dk</a></p>
<b>Løbsledelse</b>	
Stævneleder	Helle Sjørup Nielsen, Aalborg OK, <a href="mailto:2025@nordjysk2dages.dk">2025@nordjysk2dages.dk</a> +45 6116 6924 Helle Popp Bobach, Aalborg OK, <a href="mailto:helle@bobach.dk">helle@bobach.dk</a> +45 4060 7661
Stævnekontrollant	Asta Linauskas, OK Vendelboerne Thomas Brix Lyng, OK Vendelboerne Kjeld Arildsen, OK Vendelboerne
Natprolog den 14. marts	Banelægger: Tue Strøm og Brian Gordon, Aalborg OK Banekontrollant: Finn Boserup, Aalborg OK
Langdistance den 15. marts	Banelæggere: Hanne Mohapelo og Edith Sørensen, Aalborg OK Banekontrollant: Claus Bobach, Aalborg OK
Mellemdistance den 16. marts	Banelæggere: Claus Samsøe og Marko Birk Nielsen, Aalborg OK Banekontrollant: John Dalsgaard Sørensen, Aalborg OK
<b>Dommer</b>	Mette Edsen, Nordvest OK
<b>Korttegning</b>	Erik Flarup, Ulrik Staugaard, Morten Kjær, Steffen Alm og Flemming Nørgaard