

# INSTRUKTION

Nordvest OK og Mariager  
Fjord OK  
Tved og Tvorup



13.-15. april 2017

<b>Klassifikation</b>	4-stjernet C-stævne
<b>Dato</b>	Torsdag d. 13. april-lørdag d. 15. april  Stævnepladsen åbner torsdag og fredag kl. 09.00. Lørdag åbnes stævnepladsen kl. 08.00.
<b>Løbsomåder</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 1. etape: Tved</li><li>• 2. etape: Tvorup Nord</li><li>• 3. etape: Tvorup Syd</li></ul>
<b>Mødested</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 1. etape: Afmærkning på vej 26 (Hanstholmvej) mellem Nors og Ræhr  57°02'43.7"N 8°40'53.8"E</li><li>• 2. og 3. etape: Afmærkning på vej 539 nordøst for Sjørring ad Trapsandevej samt på vej 181 nord for Vorupør ad Tvorupvej.  56°58'05.7"N 8°28'08.5"E</li></ul> <p>Parkering udenfor de angivne parkeringsarealer er strengt forbudt.</p>
<b>Afstande</b>	<p><b>1. etape</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Parkering-stævneplads 500-1.000 m</li><li>• Stævneplads-start 1.350 m</li><li>• Parkering-start 2.000 m</li></ul> <p><b>2. etape</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Parkering-stævneplads 1.000 m</li><li>• Stævneplads-start 1.000 m</li><li>• Parkering-start 200 m</li></ul> <p><b>3. etape:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Parkering-stævneplads 1.000 m</li><li>• Stævneplads-start 250 m</li><li>• Parkering-start 1.250 m</li></ul>

	<p>På alle etaper er der følgende afmærkninger:  Parkering-stævneplads: Skiltning rød-hvide pile.  Stævneplads-start: Blå-hvid snitzling</p>
	<p>Øverst: Stævneplads 1. etape, Tved  Nederst: Stævneplads 2.-3. etape, Tvørup</p> <p>Klik på billede for PDF-udgave</p>
<b>Kort</b>	<p>Kortene er fremstillet på grundlag af COWIs højdemodel og orthofoto.</p> <p>Ækvidistance 2,5 m. Nytegnede i 2016/17.</p> <p>Målestoksforholdene er 1:7.500 og 1: 10.000. Se i klasseoversigten.</p> <p>Kortene er offsettrykte på riv-og vandfast papir.</p>
<b>Postbeskrivelser</b>	<p>Postbeskrivelser er trykt på løbskortene. Der forefindes løse postbeskrivelser ved startstederne, man kan benytte hvis man medbringer en holder dertil.</p>
<b>Terræn</b>	<p><b>1. etape:</b>  En typisk vestjysk klitplantage med meget vekslende bevoksning.  Nogle områder er udlagt som uberørt svært gennemtrængelig naturskov.  I andre dele af plantagen er der områder med tætte og svært gennemløbelige gran og fyrretræsbeplantninger specielt i den vestlige del. Spredte områder med løvtræer og åbne områder med spredt trævækst. Plantagen er middelkuperet med mange kurvedetaljer.  Enkelte vådområder. Veludviklet stinet/vejnet.  På grund af igangværende og for nyligt udført træfældning, ligger der mange bunker af trætoppe og en masse kvas og grene i skovbunden. Nogle steder er signaturen for undervegetation udeladt, ad hensyn til læsbarheden.</p> <p><b>2. etape:</b>  Store dele af skoven er præget af indlandsklitter. Mod sydvest er der dog et fladt område. Den østlige og sydvestlige del af skoven har et veludviklet stinet og varierende gennemløbelighed. I den nordvestlige del er der områder med færre stier og relativ tæt bevoksning af bjergfyr.  Nord for startpunktet er der en åben indhegnet mark. Der er ikke strøm i hegnet og ingen dyr på marken. Hegnet må passeres.  Der er en del MTB-spor i området. Disse er på kortet, med normal signatur for sti. Stiernes tydelighed kan derfor variere meget.  Nogle grøfter er nyopgravede og med helt lodrette sider. De er ca- 1,20 brede og kan være svære at passere.  Lette og begynderbaner har et afmærket stræk i slutningen af banerne. Strækket følger en sti – lige efter passagen af asfaltvejen. Pas på biler og følg snitslingens!</p> <p><b>3. etape:</b>  Skoven er præget af større flade områder med en del grøfter. De flade områder bliver afbrudt af bånd af kuperede indlandsklitter. Generelt er der mange veje og især hugninger, men der er også næsten stiløse parceller. Det er helt overvejende nåleskov, der varierer fra få klatter af meget tæt skov til helt åben skov af gamle træer. Hist og her er der ryddede områder og åbne klitter. Generelt god gennemløbelighed og stor variation.</p> <p><b>Generelt:</b>  Der er mange kronhorte i skovene. De har lavet et utal af mere eller mindre tydelige dyreveksler. Dyreveksler er ikke med på kortene</p>

Klasser	Målestoksforhold 1:7.500 = ***    Øvrige har 1:10.000				
	Klasse	1. etape	2. etape	3. etape	Fix
	D-10A ***	3,4 km 14 p	3,0 km 14 p	2,7 km 15 p	
	D-10B ***	3,4 km 14 p	3,0 km 14 p	2,7 km 15 p	
	D-12A ***	4,4 km 15 p	4,1 km 17 p	3,5 km 16 p	
	D-12B ***	3,4 km 14 p	3,0 km 14 p	2,7 km 15 p	
	D13-99BEG ***	3,9 km 16 p	3,8 km 18 p	3,1 km 17 p	
	D-14A	5,3 km 14 p	4,7 km 18 p	4,6 km 16 p	11
	D-14B ***	3,9 km 13 p	3,7 km 15 p	2,9 km 15 p	
	D15C ***	3,9 km 13 p	3,7 km 15 p	2,9 km 15 p	
	D-16A	6,5 km 17 p	5,6 km 19 p	5,5 km 21 p	11
	D-18A	6,5 km 17 p	5,6 km 19 p	5,5 km 21 p	11
	D-20A	7,5 km 18 p	6,5 km 18 p	6,4 km 21 p	10
	D-20AK	5,3 km 14 p	4,5 km 16 p	4,5 km 17 p	10
	D-20B ***	4,0 km 15 p	3,4 km 12 p	3,5 km 11 p	10
	D21A	7,7 km 22 p	7,1 km 22 p	6,9 km 21 p	10
	D21AK	5,3 km 14 p	4,5 km 16 p	4,5 km 17 p	10
	D21AM	6,5 km 17 p	5,6 km 19 p	5,5 km 21 p	10
	D21B ***	4,0 km 15 p	3,4 km 12 p	3,5 km 11 p	11
	D35A	7,5 km 18 p	6,5 km 18 p	6,4 km 21 p	11
	D35B ***	4,0 km 15 p	3,4 km 12 p	3,5 km 11 p	10
	D40A	6,5 km 17 p	5,6 km 18 p	5,5 km 19 p	10
	D45A	6,5 km 17 p	5,6 km 18 p	5,5 km 19 p	11
	D45AK ***	3,8 km 13 p	3,5 km 13 p	3,7 km 13 p	11
	D45B ***	4,0 km 12 p	3,3 km 12 p	3,0 km 11 p	10
	D50A	4,8 km 16 p	4,1 km 14 p	4,2 km 13 p	10
	D55A	4,9 km 12 p	4,0 km 15 p	4,1 km 14 p	10
	D55AK ***	3,3 km 13 p	3,0 km 10 p	3,1 km 11 p	11
	D60A ***	3,8 km 13 p	3,5 km 13 p	3,7 km 13 p	10
	D65A ***	3,8 km 14 p	3,4 km 15 p	4,0 km 13 p	10
	D70A ***	3,3 km 13 p	3,0 km 10 p	3,1 km 11 p	10
	D75A ***	2,2 km 10 p	2,6 km 9 p	2,2 km 8 p	10
	D80A ***	2,2 km 10 p	2,6 km 9 p	2,2 km 8 p	11
	H-10A ***	3,4 km 14 p	3,0 km 14 p	2,7 km 15 p	
	H-10B ***	3,4 km 14 p	3,0 km 14 p	2,7 km 15 p	
	H-12A ***	4,4 km 15 p	4,1 km 17 p	3,5 km 16 p	

	H-12B ***	3,4 km 14 p	3,0 km 14 p	2,7 km 15 p	
	H-13-99BEG ***	3,9 km 16 p	3,8 km 18 p	3,1 km 17 p	
	H-14A	5,9 km 16 p	5,3 km 16 p	5,1 km 17 p	10.00
	H-14B ***	3,9 km 13 p	3,7 km 15 p	2,9 km 15 p	
	H15C ***	3,9 km 13 p	3,7 km 15 p	2,9 km 15 p	
	H-16A	7,8 km 23 p	7,1 km 21 p	6,9 km 21 p	10.20
	H-18A	8,6 km 22 p	8,4 km 24 p	8,0 km 22 p	10.10
	H-20A	10,5 km 26 p	9,6 km 28 p	9,5 km 24 p	10.05
	H-20AK	6,5 km 17 p	5,6 km 19 p	5,5 km 21 p	10.00
	H-20B	5,3 km 14 p	4,7 km 18 p	4,6 km 16 p	10.20
	H21A	12,7 km 31 p	11,5 km 34 p	10,4 km 27 p	10.35
	H21AK	7,5 km 18 p	6,5 km 18 p	6,4 km 21 p	10.00
	H21AM	8,6 km 22 p	8,4 km 24 p	8,0 km 22 p	11.20
	H21B	5,3 km 14 p	4,7 km 18 p	4,6 km 16 p	10.40
	H35A	10,5 km 26 p	9,6 km 28 p	9,5 km 24 p	10.50
	H35B	5,3 km 14 p	4,7 km 18 p	4,6 km 16 p	11.30
	H40A	10,5 km 26 p	9,6 km 28 p	9,5 km 24 p	11.15
	H45A	8,6 km 22 p	8,4 km 24 p	8,0 km 22 p	10.55
	H45AK	4,9 km 12 p	4,0 km 15 p	4,1 km 14 p	10.10
	H45B ***	4,0 km 15 p	3,4 km 12 p	3,5 km 11 p	11.10
	H50A	7,7 km 22 p	7,1 km 22 p	6,9 km 21 p	11.00
	H55A	7,8 km 23 p	7,1 km 21 p	6,9 km 21 p	11.05
	H55AK ***	3,8 km 13 p	3,5 km 13 p	3,7 km 13 p	10.50
	H60A ***	6,5 km 18 p	5,5 km 19 p	5,7 km 20 p	10.30
	H65A ***	5,5 km 16 p	5,2 km 18 p	5,2 km 17 p	10.45
	H70A ***	4,7 km 18 p	4,2 km 17 p	4,3 km 16 p	10.15
	H75A ***	3,8 km 14 p	3,4 km 15 p	4,0 km 13 p	10.55
	H80A ***	3,3 km 13 p	3,0 km 10 p	3,1 km 11 p	11.00
	H85A ***	2,2 km 10 p	2,6 km 9 p	2,2 km 8 p	10.55
<b>Stævnekontor</b>	<p>Stævnekontor findes på stævnepladsen og er åbent torsdag/fredag fra 09.00 og lørdag fra 08.00.</p> <p>Kontoret varetager:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rettelse af briknummer og andre ændringer.</li> <li>• Modtager betaling fra de, der endnu ikke har betalt,</li> </ul>				

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Modtagelse af klager</li> <li>• Indlevering/udlevering af glemte sager</li> <li>• Generel information</li> </ul>
<b>Åbne baner</b>	<p>Der sælges åbne baner ved alle tre etaper i særskilt telt ved stævnekontoret i tidsrummene:</p> <p>1. etape: 10.30-12.30 2. og 3. etape: 09.30-11.30. Pris 120 kr. for H/D-20 og 150 kr. for H/D21-</p> <p>Eventuel brikleje 20 kr.</p> <p>Åben 1: Svær ca. 8 km Åben 2: Svær ca. 6 km Åben 3: Svær ca. 4 km Åben 4: Mellemsvær ca. 6 km Åben 5: Mellemsvær ca. 4. km Åben 6: Let ca. 3 km</p> <p>Åbne baner er printede kort på vand- og rivfast papir</p>
<b>Resultatformidling</b>	<p>Der er løbende resultatformidling på stævnepladsen. Efter hver etape offentliggøres resultaterne på løbets hjemmeside. Efter løbet er det muligt at uploade sit løb til Livelox. Livelox har lovet at give alle fuld adgang til sitet ved dette stævne.</p>
<b>Væskeposter/depoter</b>	<p>1. og 2. etape: Væskeposter på alle baner over 5 km 3. etape: Væskedepoter på vej der passeres af alle svære og mellemsvære baner. Desuden væskepost på alle baner over 6 km</p>
<b>Kontrol</b>	<p>Der anvendes EMIT. <b>Lejebrikker udleveres på 1. etape i telt i startområdet.</b> Bortkomne brikker erstattes med 500 kr. Møder man først til 2. eller 3. etape udleveres lejebrikken i stævnekontoret.</p>
<b>Brystnumre</b>	<p>1. etape: H-14A og H-16A 2. etape: D-14A og D-16A 3. etape: De 10 første i hver klasse, der deltager i jagtstarten. Numrene er ophængt ved start. På 1. og 2. etape fremgår løberens nummer af ophængt liste. På 3. etape er det løberens placering, der angiver, hvilket nummer der skal bruges.</p>
<b>Præmier</b>	<p>I ungdomsklasserne H/D -16: 1. og 2. etape: Præmie til nr. 1-3 3. etape: Præmie til den samlede nr. 1-3</p> <p>H/D 18- samt H/D15-C og H/D13-99beg: Præmie til den samlede nr. 1-3</p>
<b>Start</b>	<p>Der er kun en start med tre startbokse.</p> <p>Hvilken startboks, man hører til, fremgår af skiltning over indgangen.</p> <p><b>Klasser med betegnelsen begynder:</b> Her er der fri start hvert hele minut i det tidsrum, starten ellers har åbent. Backup-label tages selv af løberen fra tavle ved start. Derefter henvender</p>

	<p>man sig til startpersonalet for at få en starttid.</p> <p>Løbere fra øvrige klasser får back-upkortet udleveret ved indgang i startboksene.</p> <p>1. etape: Første start kl. 11.00  2. etape: Første start kl. 10.00  3. etape: Der er jagtstart med første start i tidsrummet 10.00-11.30 i alle klasser med betegnelsen svær eller mellemsvær.</p> <p>Løbere, der ikke har gennemført de to første etaper eller som er over en time efter den førende løber i klassen, starter 3. etape med fri start "put-and-run" i tidsrummet 09.00-09.45.</p> <p>Klasser i kategorierne begynder og let har normal start fra kl. 10.00-12.30.</p> <p>På 1. og 2. etape træder man ind i første startboks, når det ophængte ur viser ens starttid. (4 minutter før start)</p> <p>3. etape: Jagtstart. Når det ophængte ur viser ens starttid, (5 minutter før start) går man ind i den startboks, man er gået ind i de to første dage, og retter ind i startrækkefølge.</p> <p>Starten afvikles alle dage som stillestart uden opråb af navne.  For sent startende henvender sig til startpersonalet og følger deres anvisninger.  Startpunktet er markeret med O-skærm.  På 2. etape er der snitzlet 60 m fremløb til startpunkt</p> <p>Der er ikke væske ved start</p>
<b>Toiletter</b>	Der er toiletvogne på stævnepladserne samt ved start på 1. og 2. etape.
<b>Overtrækstøj</b>	Der er ikke transport af overtrækstøj
<b>Startlister</b>	Startlister kan ses på løbets hjemmeside samt på stævnepladsen og ved start. <b>Da løberne, klubvis bliver fordelt på to startgrupper, vil der i mange klasser forekomme store huller i startlisten.</b>
<b>Mål</b>	Målpost stemples på målstregen, hvorefter sluse følges til aflæsning af brik. Placeringen på jagtstarten afgøres ud fra stempling af målposten og ikke passagen af målbanneret. Efter målgang kan løberne beholde deres løbskort. Vi appellerer til fairness, så man ikke viser løbskortet til løbere, der endnu ikke har været i skoven. Den maksimale løbstid er 2½ time for alle klasser. Udgåede løbere skal henvende sig i mål.
<b>Speakning</b>	1. etape speakes med hovedvægt på H-14A og H-16A 2. etape speakes med hovedvægt på D-14A og D-16A 3. etape speakes med hovedvægt på jagtstarten
<b>Omklædning og bad</b>	Der er ingen omklædnings/bademuligheder.

<b>Børnebane</b>	Der tilbydes gratis børnebaner med beskedne præmier til alle deltagere. Børnebanerne er åbne hver dag fra 10.00-14.00 På 3. etape skal asfaltvej passeres på vej til børnebanen.
<b>Børneparkering</b>	Der tilbydes gratis børneparkering for tilmeldte børn. Hvis børn der er tilmeldt alligevel ikke benytter tilbuddet en eller flere dage bedes man venligst give besked i teltet.
<b>Kiosk</b>	Stor velassorteret kiosk findes på stævnepladsen. Mulighed for MobilePay såfremt forbindelsen kan etableres den dag.
<b>Fortræning</b>	Der tilbydes fortræning på printede kort. Begge dage er alle poster trykt på kortet.  Tirsdag d. 11. april i Vilsbøl Plantage kl. 11.00-15.00 på faste poster. Let kuperet terræn. Blandet kulturskov og åbne områder med mange indhegninger. Godt/veludviklet sti- og vejnet  Afmærkning på vej 557 (Klitmøllervej). Pris 25 kr. pr. kort. Kun mod kontant. Gerne aftalte penge.  Onsdag d. 12. april i Bøgsted Rende kl. 11.00-15.00. Mulighed for tidtagning med Emit. Typisk vestjysk klitplantage beliggende tæt på havet med store åbne klit/hedeområder og mange kurvedetaljer. Varieret bevoksning der flere steder består af tæt bjergfykrat med få stier. Afmærkning på vej 181 nord for Vorupør (Bøgsted Rende Vej). Pris 50 kr. pr. kort. Kun mod kontant. Gerne aftalte penge.
<b>Stævneorganisation</b>	<p><b>Stævneledelse</b></p> <p>Lone Bernth Jensen, Nordvest OK 6130 1713, <a href="mailto:lone.bernth@outlook.com">lone.bernth@outlook.com</a> Jørn Blom, Mariager Fjord OK, 2785 1711, <a href="mailto:j.blom@webspeed.dk">j.blom@webspeed.dk</a> Erik B. Nielsen, Mariager Fjord OK Jane Thode Jensen, Nordvest OK Kristian Edsen, Nordvest OK Keld Østergaard, Mariager Fjord OK</p> <p><b>Sekretariat</b> Keld Østergaard <a href="mailto:mariager.ok@city.dk">mariager.ok@city.dk</a> 2753 5134</p> <p><b>Banelæggere:</b></p> <p>1. etape: Hermann Jensen og Henrik Overgaard, Nordvest OK 2. etape: Helge Poulsen og Niels J. Iversen, Mariager Fjord OK 3. etape: Søren Munthe, Mariager Fjord OK</p> <p><b>Banekontrollanter:</b></p> <p>1. etape: Per Korsbæk, St. Binderup OK 2. etape: Steffen Alm, Nordvest OK 3. etape: Jesper Lundsgaard, Vestjysk Orienteringsklub</p>

	<p><b>Stævnekontrollant</b></p>
--	---------------------------------

Ole Nielsen, Aalborg OK

**Dommer**

Birgitte Halle, Aarhus 1900 Orientering.