



Mariager Fjord OK byder velkommen til Dansk Park Tour i Hørby Skoleby

## Instruktion

<b>Løb:</b>	Dansk Park Tour 1. afdeling
<b>Stævnecenter:</b>	Rosendalhallen, Døstrupvej 23, 9500 Hobro <a href="http://map.krak.dk/m/lxhju">http://map.krak.dk/m/lxhju</a>
<b>Afmærkning:</b>	Fra Løgstørvej og Nordre Ringvej
<b>Parkering:</b>	Ved Rosendalhallen + Rosendalskolen (300 m nord for Rosendalhallen)
<b>Stævneplads:</b>	På græsareal nord for Rosendalhallen
<b>Kort:</b>	Hørby Skoleby, fremstillet i juni 2010 enkelte rettelser foråret 2011 Sprintkort 1 : 5000, ækvidistance 2,5 m Rekognocering : Vagn Lidegård Rentegning: Jørn Blom Kortene er printede på rivefast papir med postbeskrivelser Information om særlige signaturer for sprintkort, samt korrekt adfærd for løb i byen- se særlig instruktion, er ophængt på stævneplads
<b>Terrænbeskrivelse:</b>	Idrætsområde, skole, boligkvarter med spredte træer, bevoksninger Da der er veje der skal passeres, skal løbere udvise agtpågivenhed. Der løbes på eget ansvar På engarealet er der 2 hegn med kvier (ingen tyr). Begge hegn er enkelthejn med strøm i hegnet, spring over eller rul under, undgå at knække pæle. En person fra stævnet vil gå i området og forsøge, at holde kvierne på afstand. Ved et tredje hegn vil der være tvungne overgange, som vist på kortet.
<b>Forbudte områder:</b>	Der findes både hæk og hegn, der ikke må passeres. Disse er tegnet som impassable/forbudt at passere jf. sprintnormen OG ER FORBUDT – selvom de i praksis måske kan passeres. Der er fodboldkamp denne aften, løb ikke over banen.
<b>Påklædning og fodtøj:</b>	Der tilrådes løb i " fuld" dækning (lange bukser). Der vil være ligelig fordeling mellem løb i terræn og løb på fast underlag- på alle baner. Hverken sko med metaldupper eller sko uden "groft" mønster kan anbefales
<b>Afstande</b>	Fra P-plads til stævneplads 0-300 m Fra stævneplads til start 1. etape 525 m, følg gul/hvid snitzling + skilte 2. etape på stævneplads
<b>Start</b>	1. etape start kl. 18.00, startlister ophængt ved start 2. etape start kl. 19.30, startlister på stævneplads Start interval 1 min Fremkald 4 min. før starttid

Ved fremkald udleveres backupkort og evt. lejebrik.  
 Løse postdefinitioner udleveres, hvis du har en holder dertil  
 Alle lette baner får kortet udleveret 2 min. før tid

**Max. tid** 45 min.

**Toiletter** Toiletter er i Rosendalhallen. **Ingen pigo indv.**  
 Der er ingen toiletter ved start 1. etape  
 Løbet forgår i et parcelhuskvarter og vejen fra stævneplads til startområdet går langs private områder og ikke noget med at bruge hække undervejs  
**Løbere der forretter deres nødtørft i private haver/hække vil blive diskvalificeret**

**Postplacering:** Posterne står visse steder meget tæt (kontroller nr. ), men overholder IOF's regler for sprint og ingen poster er placeret tættere end 15 meter

<b>Klasser og baner: 1. etape</b>	Bane	Sværhedsgrad	Længde i m	Klasser	Antal poster
	1	Svær	3100 m	H 17 - 34	21
	2	Svær	3000 m	H 35 - 44	20
	3	Svær	3000 m	H 45 - 54	20
	4	Svær	2500 m	H 55 - 64 . D 17 - 34 . D 35 - 44	18
	5	Svær	2000 m	H 65 - . D 45 -54 . D 55 -64 . D 65 -	15
	6	Mellemsvær	2200 m	H 13 - 16 . D 13 - 16 . H/D 17 - B	14
	7	Let	1800 m	H - 12 . D - 12 . H/D - 15 C	12

<b>Klasser og baner: 2. etape</b>	Bane	Sværhedsgrad	Længde i m	Klasser	Antal poster
	21	Svær	3600 m	H 17 - 34	19
	22	Svær	3400 m	H 35 - 44 . D 17 - 34	17
	23	Svær	3400 m	H 45 - 54	17
	24	Svær	2400 m	H 55 - 64 . D 35 - 44	14
	25	Svær	2300 m	H 65 - . D 45 -54 . D 55 -64 . D 65 -	13
	26	Mellemsvær	2200 m	H 13 - 16 . D 13 - 16 . H/D 17 - B	16
	27	Let	1900 m	H - 12 . D - 12 . H/D - 15 C	13

<b>Kontrolsystem:</b>	EMIT. Backup kort og lejevrik udleveres ved start (husk at reset brikken inden start ☺) Bortkomne brikker erstattes med 400 kr Alle deltagere i stævnet kan beholde deres løbskort efter passage af mål. Udvis fairness og vis ikke løbskortet til deltagere, der endnu ikke er gået til start.
<b>Åbne baner:</b>	Der tilbydes ordinære baner , så længe kortbeholdning rækker. Normalgebyr 10 kr + evt. brikleje
<b>Præmier:</b>	Til vinderne i de enkelte klasser
<b>Bad:</b>	Ingen mulighed for bad.
<b>Resultatformidling:</b>	Resultatlistes ophænges på stævnepladsen. Efter løbet findes de på Mariager Fjord OK's hjemmeside
<b>Børnebane:</b>	Ingen børnebane
<b>Børneparkering:</b>	Ingen børneparkering
<b>Kiosk</b>	Hallens cafeteria vil være åben, støt den, den støtter sporten
<b>Stævneorganisation:</b>	Stævneleder: Erik Nielsen Banelægger: Vagn Lidegård Stævnekontrollant: Henrik Bach Banekontrollant: Niels Jørgen Iversen Overdommer: Helge Søgaard