

## **Indbydelse/Instruktion til VTR-løb d. 11.11.2018 i Fruens Plantage**

- Mødested/Parkering: P ved Rønnebæk skole. Afmærkning fra Ny Præstø Landevej. Der er kun indkørsel fra Ny Præstø Landevej.
- Afstande: P-SP 100-200 m. Blå snitzling.  
SP - Start 300 m. Gul snitzling.
- Kort: Fruens Plantage, revideret 2018. Ækv. 2,5 m. 1:6.000. ISOM 2000.
- Postdefinition: IOF symboler. Trykt på kortet samt løse ved start.
- Terræn: Fruens Skoven består af vekslende beplantning af åben bøgeskov og tættere områder med gran samt enkelte åbne områder med brombærkrat. Der er mange veje og stier, som benyttes af mountainbikes. Bemærk, at ikke alle mountainbikes spor fremgår af kortet. Skoven er storkuperet med en del kurvedetaljer.
- Baner;
- |                  |         |       |                  |         |       |
|------------------|---------|-------|------------------|---------|-------|
| Grøn (begynder)  | 2,7 km. | 17 p. | Blå, mini (svær) | 4,2 km. | 17 p. |
| Hvid (let)       | 3,4 km. | 19 p. | Sort, kort       | 4,4 km. | 17 p. |
| Gul (mellemsvær) | 4,5 km. | 16 p. | Sort, mellem     | 6,3 km. | 23 p. |
|                  |         |       | Sort, lang       | 7,8 km. | 28 p. |
- Butterfly; Bane Sort, lang har 1 butterfly post. Husk, at klippe ved begge besøg.
- Kontrolenheder: Der løbes med Sport-ident.
1. start: Kl. 10.00.  
Kort udleveres i startøjeblikket. Dog får grøn og hvid udleveret kortet 1 min før start.  
Der startes som "put and run". Der vil være bemanded ved start.
- Væske: Forefindes kun ved mål.
- Postmarkering: Der benyttes sport-ident spyd. Eksempel er opsat ved start.
- Målprocedure: Efter målgang aflæses brik.
- Resultater: Live opdateres ved mål og offentliggøres efterfølgende på HG og OKR hjemmesider.
- O-Track: Banerne lægges i O-Track efter stævnet.
- Startafgift: Kr. 15,- for børn u. 16 år. Øvrige kr. 30,-. Kontant på dagen eller via Mobilpay på telefonnr. 51777846.
- Banelægger Jan Truelsen  
Stævneleder & E-mail: [janstog@stofanet.dk](mailto:janstog@stofanet.dk)  
Overdommer Tlf. 41635949