



Indbydelse til SM-stafet Lørdag den 17. april 2010

Arrangør:	Søllerød OK http://www.sollerod-ok.dk/l_SM-stafet_10.htm
Kort:	Grib Skov midt 1:10.000, revideret 2009, ækv. 2.5 m. Der anvendes printede kort på vandfast papir.
Terræn:	Typisk nordsjællandsk skov med udviklet stinet og på visse steder tæt undervegetation.
Stævneplads:	Beliggende ved Skovskolen Nødebo. Følg snitzling fra P.
Parkering:	Ved Skovskolen, Nødebovej 77A, 3480 Fredensborg. http://www.findvej.dk/N%F8debovej77A,3480
Stævnekontor:	På stævnepladsen. Er åben fra kl. 9. Klubposer med brystnumre og lejebrikker afhentes på stævnekontoret. Lejebrikker afleveres i mål. Bortkomne lejebrikker erstattes med 280 kr.
Start:	Første start kl. 11.00. Starttiderne for stafetklasserne vil fremgå af instruktionen. Deltagerne i de åbne individuelle klasser kan starte mellem kl. 11.30 og 13.00.
Kontrolsystem:	SportIdent. Eget briknummer oplyses ved tilmelding. Brikken kan kun anvendes til start på én tur. Alle typer brikker kan anvendes.
Præmier:	Mesterskabsmedaljer til nr. 1, 2 og 3 i alle ungdomsklasser, samt D 21- og H 21-. I klasserne H/D 35-70 er der medaljer til vinderholdet. SM-medaljer kan kun vindes af medlemmer af klubber i Østkredsen.

Stafetklasser:

Klasse	Sværhedsgrad	Længde – antal poster
D-20	Sort - svær	3 x
D21-	Sort - svær	3 x
H-20	Sort - svær	3 x
H21-	Sort - svær	3 x
D/H-12	1. tur hvid - let 2. tur grøn - begynder 3. tur hvid - let	
D/H max.-43, ældste < 20 år	1. tur gul mellemsvær 2. tur hvid - let 3. tur gul - mellemsvær	
D/H-14, mindst en pige	Gul – mellemsvær	3 x
D 35	Sort - svær	3 x
D 45	Sort - svær	3 x
D 55	Sort - svær	3 x
D 65	Sort - svær	2 x
D 70	Sort - svær	2 x
H 35	Sort - svær	3 x
H40	Sort - svær	3 x
H 45	Sort - svær	3 x
H 50	Sort - svær	3 x
H 55	Sort - svær	3 x
H 60	Sort - svær	3 x
H 65	Sort - svær	3 x
H 70	Sort - svær	2 x
D min. 150	1. tur sort - svær 2. tur sort - svær 3. tur sort - svær	
H min. 150	1. tur sort - svær 2. tur sort - svær 3. tur sort - svær	
D/H min. 185, mindst en dame	Sort - svær	3 x
Åben klasse	1. tur sort - svær 2. tur gul - mellemsvær 3. tur sort – svær	

Åbne baner:
(Put & Run)

Klasse	Sværhedsgrad	Længde – Antal poster
Åben 1	Sort - svær	9 Km.
Åben 2	Sort - svær	7 Km.
Åben 3	Sort - svær	5 Km.
Åben 4	Sort - svær	3,5 Km.
Åben 5	Gul - mellemsvær	6 Km.
Åben 6	Gul - mellemsvær	4 Km.
Åben 7	Hvid - let	4 Km.
Åben 8	Grøn - begynder	3 Km.

Tilmelding:	<p>Klubvis tilmelding via O-service. Tilmeldingen skal være afsendt og godkendt af klubadministrator senest den 9. april 2010 kl. 19. Navneanmeldelse skal være stævnet i hænde senest 48 timer før stævnets start (15/4 kl. 11) til mailto:sollerod@sollerod-ok.dk. Startrækkefølgen kan dog ændres indtil 90 min. før 1. start (kl. 9.30) mod et gebyr på 1/3 af startafgiften pr. hold.</p>
Startafgifter:	<p>Stafetklasser: Klasser -20 år: 150 kr. pr. hold D65- D70- og H70-: 160 kr. pr. hold. Øvrige: 240 kr. pr. hold. Individuelle åbne baner: D/H -20: 50 kr. D/H 21- : 80 kr. Leje af brik koster 15 kr. Startafgifter indbetales på konto 3222 - 7 18 73 78 ved tilmeldingen. Husk at oplyse afsenderklub. Stævneledelsen kan afvise hold/løbere der ikke har betalt startafgift.</p>
Kiosk:	Der er kiosk på stævnepladsen.
Bad:	Forefindes ikke.
Åbne Baner:	Tilmelding kan ske via O-service, eller direkte på stævnepladsen fra kl. 11.00, med start mellem kl. 11.30 - 13.00.
Børnebane:	Gratis børnebane, som udgår fra stævnepladsen.
Instruktion og startliste:	<p>Lægges på stævnets hjemmeside senest den 15. april. http://www.sollerod-ok.dk/l_SM-stafet_10.htm</p>
Stævneledelse:	<p>Overdommer: Birthe Sondrup, OK 73. Stævnekontrol: Kristian Keller, Allerød OK. Banekontrol: Gunnar Tamberg, Ballerup OK. Banelægger: Jens Aaris Thisted og Erling Thisted. Stævneleder: Anders Jonsson og Heidi Kristensen.</p>