

Instruktion til

Søllerød Elitesprintstafet

DTU Science Park, Hørsholm

Lørdag d. 8. maj 2021

Opdateringer 2021-05-06

Afvikling, startret og covid-19 forbehold

HUSK at medbringe gyldigt coronapas, så du kan fremvise det ved ankomst til skiftezonen. Coronapas er dokumentation for, at indehaveren er **enten** 1) færdigvaccineret mod COVID-19 **eller** 2) PCR-testet negativ (max 72 timer inden stævnestart) **eller** 3) testet positiv for COVID-19 smitte max 6 måneder og min 14 dage før stævnestart.

Ift. indbydelse, opdateret 2021-04-28, tillades også fremvisning af negativ kviktest nyere end 24 timer, på lige fod med coronapas.

Husk at bestille tid til evt. test, hvis du ikke allerede har gjort det.

Løbet er planlagt ud fra, at der er Coronarestriktioner, som skal overholdes. Løbet er derudover planlagt efter, Danmarks Idræts-Forbunds retningslinjer for topidrætsstævner.

Løbet er derudover underlagt myndighedernes til enhver tid gældende krav, retningslinjer, påbud og anvisninger omkring forsamlingsfrihed mm.

[Link til Sundhedsstyrelsens information omkring COVID-19.](#)

[Link til DOF's retningslinjer for afvikling af orienteringsstævner.](#)

[Link til DOF's anbefalinger for deltagere i orienteringsstævner.](#)

Deltagere

Som beskrevet i indbydelse opdateret 2021-04-28

Chauffører/tilskuere, som ikke deltager i løbet, må ikke optage plads i skiftezonen under sprintstafetten! (pga. covid-19)

Chauffører (der ikke allerede er deltagere) kan deltage i efterstart uafhængigt af at være på hold. Betaling med mobilepay på dagen. Henvendelse ved skiftezonen kl. 10:15 (ca.), kapacitet/kort til ca. 15 chauffører.

Klassifikation Program

Sprintstafet, 4 ture

08:45 Parkeringsanvisning bemandes

09:00 Skiftezone åbner **for alle ture**

10:15 Skiftezone åbner for chauffører, der har tilmeldt sig efterstart

10:00 Første start

11:00 (ca.) efterstart

11:45 Parkering/skiftezone lukker

Parkering og mødested

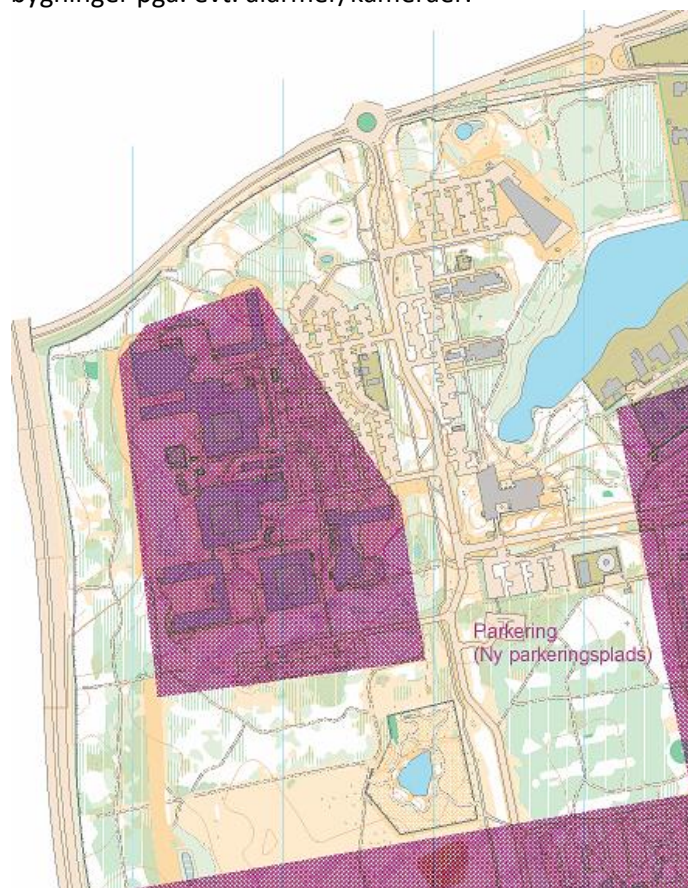
Parkeringsplads med indkørsel fra Bøge Allé.

Indkørsel til DTU Science Park **skal ske** fra nord via rundkørsel Frederiksborgvej/Bøge Allé (skærm ophængt). Videre mod syd ad Bøge Allé til indkørsel til parkering (skærm ophængt).



Fra parkering kan skiftezone findes via afmærket rute (rød/gul snitzling). Tidligst når skiftezonen åbner.

Opvarmning **skal ske** i området nord eller vest for parkering. (se skitse nedenfor). Idet vi har ikke løbstilladelse i alle disse områder, og der er alarmer/kameraer på visse bygninger, bliv da på veje/stier og hold afstand til bygninger pga. evt. alarmer/kameraer.



Skiftezone

Der er håndspray ved ankomst til skiftezone.

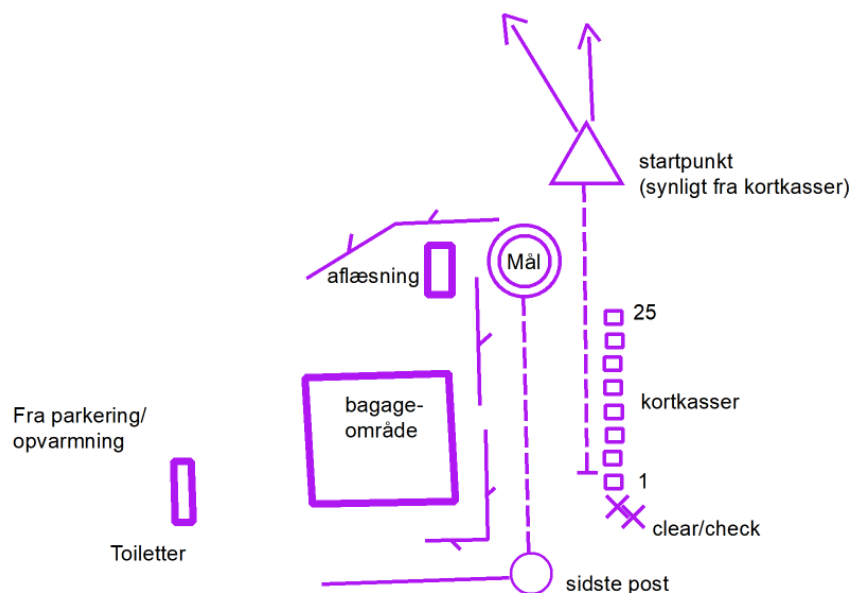
Der er **1** bagageområde med god plads. Her kan man ligge sin taske/skiftetøj, **hold god afstand til andre**.

Man kan også nøjes med at jogge til skiftezone og så have sine ting ved parkering. **Husk dog at medbringe coronapas / negativ kviktest til skiftezone.**

Hvert hold har sin kasse med holdnavn på. Øverst i kassen lægger holdets brystnumre/sikkerhedsnåle. De må tages på i holdets eget tempo, dog alle før holdets første start.

Nederst ligger holdets 4 kort med bagsiden opad.

Der er ingen servering af vand/saft. Løberne medbringer selv.



Kort og terræn

DTU Science Park, 1:4000, 2,5m ækvidistance, juni 2018, tegnet af Gediminas Trimakas (GT-maps), kortkonsulent Asger Jensen. Rettelser i apr-maj 2021 af Troels Christiansen.

Kortstørrelse A4, printede kort fra Grafisk Forum.

Spredte bygninger, enkelte veje og stier, blandet med åbne områder og områder med skovkarakter. Terrænet er overvejende svagt kuperet. Underskov forekommer stedvis i mindre omfang mest som grene i skovbund eller visse høje underskov fra sidste år. (Et par lange bukser/tights kan være at foretrække)

Baner/klasser

H/D gaflet sprintstafetbaner. Estimerede vindertider: 12-15min.

Løbsform: DHHH

Dame-ture: 3,7km, 24 poster

Herre-ture: 4,2km, 25 poster

Hvis det ikke muligt at stille 2 damer (eller herre) pr. hold kan der stilles op således: DHHH eller DHDD. Det er også muligt med HHHH og DDDD, men det er sidste afsøgte mulighed.

Postmarkering og tidtagning	<p>Det er en mulighed at deltage på mixhold, hvis ens klub ikke kan stille fuldt hold. I O-service tilmeldes det antal løbere, der står, uden fuldt hold.</p> <p>Store skærme og berøringsfrie SI (touch free) på stativ eller træbuk.</p> <p>Det er løberens ansvar, at SI brikken virker.</p>
Start	<p>Første start kl 10:00</p> <p>Efterstart senest kl 11:00, annonceres i skiftezone</p> <p>Clear/check er opstillet ved kortkasser (se skitse). Det er løberens ansvar at klare/checke.</p> <p>2 min før start tager 1. turs løber opstilling ved holdets kortkasse. På starterens tegn tages det øverste kort og medbringes med bagsiden opad til startlinjen. Startpunktet vil være synligt og i umiddelbar nærhed. På starterens signal går starten.</p>
Skifte	<p>Indgående løbere løber til mål og klipper målposten.</p> <p>Målposten skal stemples, dvs. den er ikke en touch free post.</p> <p>Idet der er en fare for, at løbet stoppes for en løber, der kommer tæt på mål.</p> <p>Den udgående løber har forinden taget opstilling og må løfte kortet (stadig med bagsiden opad). Når den indgående løber har passeret forbi holdets kortkasse/den udgående løber, må den udgående løber løbe til startpunktet og fortsætte ud på sin bane.</p> <p>(dvs. at et normalt klap i hånden/overgivelse af kort er erstattet af et "løbe forbi hinanden)</p> <p>4. tur løber løber til målposten og afslutter holdets stafet.</p> <p>Løberen beholder sit kort efter målgang. Kortet må ikke vises til ikke-startende løber af fair play hensyn.</p>
Efterstart	<p>Afvikles ca. kl 11. Tidspunkt annonceres i skiftezone ca. 10 min før.</p> <p>Løbere til efterstart tager opstilling ved kortkasserne ca. 3 min før. På starterens signal går efterstarten.</p>
Toiletter	<p>2 toiletter placeret mellem parkering og skiftezone.</p>
Tilmelding	<p>Klubvis via O-service. Her angives SIAC-briknummer eller ønske om lånebrik. Evt. tilmeldte løbere i O-service, som ikke er i aldersgruppen 17-44 år, vil blive fjernet.</p> <p>Tilmeldingsfrist: søndag d. 2/5 2021 kl. 23:59</p> <p>Startafgift: 90 kr. pr. person</p> <p>Eftertilmelding mulig indtil d. 5/5 2021 kl. 15:00 mod dobbelt startafgift.</p> <p>Eftertilmelding(er) modtages på mail: bo@konring.dk</p>
Holdændringer og mixhold	<p>Evt. overskud fra stævnet doneres til Dansk Orienterings-Forbund</p> <p>Landsholdsledelsen høres indledningsvis om særlige ønsker. Bemærkninger i O-service søges imødekommet.</p>
Organisation	<p>Stævneleder: Troels Christiansen, Søllerød OK</p> <p>Stævnekontrol: Anders Bachhausen, Dansk Orienterings-Forbund</p> <p>Banelægger: Troels Christiansen, Søllerød OK</p> <p>Banekontrol: Ulrik Staugaard, FIF Hillerød</p> <p>Dommer: Anders Bachhausen, Dansk Orienterings-Forbund</p>
Stævneinformation	<p>For evt. stævnerelaterede spørgsmål, som ikke fremgår af hjemmeside: Troels Christiansen, Søllerød OK, troelschristiansen@gmail.com 51848393</p>

For evt. covid-19 hensyn/forordninger: Kirsten Møller, Søllerød OK,
kirsten.moller@dadlnet.dk, 23283913

På gensyn