



# Instruktion

## Påskeløbet 2015

### Mols Bjerger og Ørnbjerg mølle

2.-4. april 2015



Arrangør	Orienteringsklubben Pan Århus
Klassifikation	Påskeløb 2015 C-stævne ****
Dato	Torsdag den 2. april – lørdag den 4. april 2015 Stævnepladsen åbner alle dage kl. 9.00
Løbsområde	1. etape: Mols Bjerger Nord 2. etape: Mols Bjerger Syd 3. etape: Ørnbjerg Mølle
Mødested	1 og 2. etape: Agri - afmærkning på Molsvej (vej 521) mellem Rønne og Femmøller 3. etape: Tingshøjvej, Ebeltoft - afmærkning på vej 21 mellem Feldballe og Ebeltoft
Afstande	1. etape Parkering – stævneplads, max 1000 m Stævneplads – start, 1000 m Parkering–start , 100 m 2. etape Parkering – stævneplads, max 1000 m Stævneplads – start, 750 m 3. etape Parkering – stævneplads, 0-500 m Stævneplads – start, 200 m På alle etaper er der følgende afmærkninger: Parkering - stævneplads: 1. etape Silva snitsling, 2. etape Craft snitsling, 3. etape parkering på stævneplads. Stævneplads - Start : Silva snitsling alle dage.
Kort	1. etape: Mols Bjerger 1:7.500 for klasserne D16AK, D45AK, D50A, D55A, D55AK, D60A, D65A, D70A, D75A, D80A, H45AK, H55AK, H65A, H70A, H75A, H80A og H85A. Øvrige klasser 1:10.000, ækvidistance 2,5m, nyttegnet 2014-15 2. etape: Mols Bjerger 1:7.500 for ALLE klasser. Ækvidistance 2,5 m. Nytegnet 2014-15

	<p>3. etape:  Ørnbjerg Mølle 1:7.500 for klasserne D16AK, D45AK, D50A, D55A, D55AK, D60A, D65A, D70A, D75A, D80A, H45AK, H55AK, H65A, H70A, H75A, H80A og H85A.</p> <p>Øvrige klasser 1:10.000. Ækvidistance 2,5m. Nytegnet 2014-15</p> <p>Kortene er fremstillet på grundlag af COWIs højdemodel, orthofoto og GeoDanmark.</p> <p>Kortene er offsettrykt på riv- og vandfast papir.</p> <p>Kortene er påtrykt 3 felter som anvendes hvis SportIdent fejler.</p> <p>Specialsymboler:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• • ○ Træer og buske</li> <li>× Rodstub</li> <li>○ Bålplads</li> <li>○ Vandingssted</li> </ul> <p>X specielle genstande</p>
Postbeskrivelser	<p>Postbeskrivelser er trykt på forsiden af løbskortene. Der udleveres løse postbeskrivelser ved startstederne, hvis man medbringer en holder.</p>
Terræn	<p><b>1. etape og 2. etape Mols Bjerger:</b>  Overvejende åbent kulturlandskab med spredt bevoksning. I visse partier er der store enebær- og anden buskbevoksning, hvis udbredelse er afbilledet detaljeret på kortet. Desuden er der partier med løv- og fyrreskov. Der er moderat kupering. Gennemløbeligheden er generelt god, men i skovområderne kan der forekomme underbevoksning. Der er mange hegn, som kan og må passeres. Enkelte steder er der markeret overgange på kortet, hold godt øje med dem. Her vil der være paller eller stiger, som gør passage af hegnet lettere, men det er op til løberen om disse benyttes, dog henstiller vi til at passe på hegnene så de ikke beskadiges. Nogle steder i skovområderne kan der forekomme mindre stykker/rester af hegn, som ikke er markeret på kortet.</p> <p><b>3. etape Ørnbjerg Mølle:</b>  Mest ældre nåleskov vekslende med små tætte partier og enkelte hede-arealer. Kuperingen varierer fra typisk Molslandskab med store bakker og store lavninger til flade partier og stejle skrænter. Enkelte detaljerede områder med sandflugtsformationer. Terrænet er generelt let gennemløbeligt, dog er der i nogle områder en del brombær i bunden, hvilket fremgår af kortet.</p>
SÆRLIG VIGTIG INFO	<p><b>Forbudte områder</b>  Der findes flere forbudte områder i terrænet. Disse er markeret med lilla skravering på kortet. På udvalgte steder er de afmærket med sort/hvid Adidas snitsling i skoven, hvilket er angivet på kortet med fuldt optrukket linje langs det skraverede. De skraverede områder må ikke passeres.</p> <p><b>1. etape:</b>  Afmærkede stier / afmærkede ruter.  I klasserne D10B, H10B, D12B, H12B, D10A, H10A, D beg, H beg, D14B, H14B, D20C, H20C, D21C, H21C, D12A, H12A forekommer stier på kortet som</p>

er markeret med lilla farve. Disse er i terrænet markeret med rød/hvid snitsling. Nogle stier som på kortet er markeret som utydelig sti kan også være markerede med snitsling, da de kan være svære at følge i det åbne terræn.

Se billede ved start.

Specialsignatur: Forskellige genstande i terrænet er markeret på kortet med et sort 'x'. På én af banerne er én post placeret ved et sort 'x' – **et telt som banelæggeren boede i under rekognosceringsture i terrænet og repræsenterer en vigtig postplacering.** Se billede.



### **2. etape:**

Der er MANGE poster i terrænet, og de står MEGET tæt. Alle løbere opfordres derfor til at være ekstremt omhyggelige med at tjekke kontrolnumre for at undgå fejlklip.

På mellemsvære, lette og begynder baner, dvs. følgende klasser: D-beg., H-beg., D/H10A, D/H10B, D/H12A, D/H12B, D/H14A, D/H14B, D/H16B, D/H20B, D/H20C, D/H21B, D/H21C, D/H35B, D/H45B, er der indtegnet en ekstra sti på kortet, som ikke findes i virkeligheden. Denne er på kortet markeret med en rød stiplede linje. I terrænet er den markeret med rød/hvid snitsling på pinde for hver 10-15 meter. På løbsdagen vil der være et særskilt opslag med billeder af hvordan dette ser ud i terrænet.

**Bemærk målestok 1:7.500 for alle klasser**

### **3. etape:**

Der er MANGE poster i terrænet, og de står MEGET tæt. Alle løbere opfordres derfor til at være ekstremt omhyggelige med at tjekke kontrolnumre for at undgå fejlklip.

Baneforløbet krydser sig selv flere steder på nogle af banerne, så vær opmærksom på, om du er på vej mod den rigtige post.

Der kan ligeledes forekomme spidse vinkler og modløb, så du får lov at se dine modstandere i øjnene.

Landevejen mellem Feldballe og Ebeltoft (vej 21) gennemskærer

	<p>løbsområdet for mange af banerne, der således skal passere vejen to gange. Umiddelbart før passage af vejen har de pågældende baner en post.</p> <p>Landevejen må kun passeres ved de to postplaceringer. Der må ikke løbes på vejen, heller ikke i rabatten eller på eventuel cykelsti. Anvisninger fra officials SKAL følges. Overtrædelse medfører diskvalifikation. Der vil være observatører.</p> <p>Se dig godt for, løb lige over vejen og pas på bilerne. De har forkørselsret.</p> <p>Opvarmning: Pladsen ved start er begrænset, så brug opvarmningsområdet mellem stævnepladsen og startområdet. Flere baner passerer tæt forbi startområdet, så respekter afspærringen, så du ikke kommer ind i løbsterrænet og risikerer at forstyrre løbere i konkurrence.</p> <p>Kortskifte: I klassen H21A er der kortskifte. Man smider sit gamle kort i en opstillet plasticpose og tager et nyt fra kortkassen.</p>
Klasser	<p>Se de præcise banelængder på påskeløbets hjemmeside:  <a href="http://www.okpan.dk/paaske2015/baner.html">http://www.okpan.dk/paaske2015/baner.html</a></p>
Stævnekontor	<p>Stævnekontor forefindes på stævnepladsen.</p> <p>Kontoret åbner hver dag kl. 9.00.</p> <p>Kontoret varetager:</p> <p>Salg af vakante pladser  Rettelse af briknummer og andre ændringer  Udleje af brik  Betaling for deltagelse (de udenlandske klubber, der endnu ikke har betalt startafgifterne)  Modtagelse af klager  Information om diskvalifikation  Indlevering/udlevering af glemte sager  Udlevering af turistbrochurer</p>
Åbne baner	<p>Der tilbydes ikke åbne baner, men der kan på stævnedagen købes vakante pladser i alle klasser. De vakante pladser kan ikke ses af startlisten, men der er mulighed for at købe baner i ALLE klasser, så længe der findes kort.</p> <p>Der er åbent for salg af vakante pladser i stævnekontoret i tidsrummet kl. 9.00 - 12.00. Der er et begrænset antal vakante pladser i hver klasse.</p> <p>Vakante pladser koster 110 kr. for D/H-20 og 140 kr. for D/H 21-.</p> <p>Egen SI-brik kan anvendes. Leje af brik koster 25 kr.</p>
Resultatformidling	<p>Der er løbende resultatformidling på stævnepladsen i form af resultattavler.</p> <p>Efter hver enkelt etape offentliggøres resultaterne på løbets hjemmeside.</p>
Speakning og radioposter	<p>Der er speakning og radioposter på alle etaperne. Der speakes på udvalgte klasser.</p>
Væskedepoter	<p>1. etape: Der vil være væske i skoven.</p> <p>2. etape: Der er ingen væskeposter, da der løbes mellemdistance.</p> <p>3. etape: Der vil være væske i skoven.</p>

	<p>Vi henstiller til at folk anvender opstillede skraldespande til brugte kopper.</p>
<p>Kontrol</p>	<p>Der anvendes SportIdent.</p> <p>Lejebrikker udleveres ved start.</p> <p>Bortkomne brikker erstattes med 400 kr.</p>
<p>Brystnumre</p>	<p>Alle løber med brystnumre på alle etaper.</p> <p>Der løbes med samme brystnummer de to/tre første dage. Disse vil være hængt op ved starten på 1. etape.</p> <p>På jagtstarten på 3. etape benyttes nye brystnumre af de 10 førende i hver klasse efter 1. og 2. etape. Øvrige løbere løber med samme brystnummer som på de to første etaper.</p>
<p>Præmier</p>	<p>På 1. og 2. etape er der præmier til alle klassevindere.</p> <p>Efter 3. etape er der præmier til de tre første i det samlede resultat i alle begynder- og ungdomsklasser (D/H-20) og til den sammenlagte vinder i øvrige klasser.</p> <p>Præmierne vil blive uddelt løbende efterhånden som klasserne afgøres. Hvornår de enkelte klasser har præmieoverrækkelse annonceres i speakningen.</p>
<p>Start</p>	<p>Første start er kl. 11.00 på 1. etape og kl. 10.00 på 2. og 3. etape.</p> <p>Der er kun én start på hver etape. Der er 3 startbokse ved starten i farverne grøn, blå og rød. Farven på brystnummer har samme farve som den startboks, man skal gå frem i.</p> <p>Starten afvikles som stille start uden opråb af navne.</p> <p>På 1. og 2. etape træder man ind i første startboks 4 minutter før starttidspunktet. Dette gælder også for 3. etape for løbere med Put and Run.</p> <p>3. dag – jagtstart, procedure <b>BEMÆRK – JAGTSTARTEN FOREGÅR LIDT ANDERLEDES END NORMALT. FREMKALD 5 MIN FØR START!</b></p> <p>Klasser, som starter ved grøn startboks, har ikke jagtstart og bærer fortsat samme nummer som de to første dage.</p> <p>Klasser, som starter ved rød eller blå startboks gør som følger:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Tag brystnummer, hvis du er i top-10 i din klasse. Disse er ophængt ved start. Øvrige samme brystnummer som på de foregående etaper.</li> <li>2) Gå frem, når uret viser din starttid (5 min før start). Er din starttid 10.42.56, gå du frem, når uret viser 10.42.00. Der er stille start.</li> <li>3) Modtag STARTKORT ved bordet i pavillonen.</li> <li>4) Gå umiddelbart videre og tag evt. løse postdefinitioner.</li> <li>5) Gå umiddelbart videre og tag løbskortet, fold det sammen</li> <li>6) Gå umiddelbart videre og clear brikken, som herefter tjekkes af en official.</li> <li>7) Find din rigtige plads, og hold dit startkort synligt, mens du står i køen!</li> <li>8) Når du starter, smides startkortet straks i markeret affaldspose og</li> </ol>

	<p>løbskortet foldes ud.</p> <p>Begynder og lette baner har fri start.</p> <p>For sent startende henvender sig til startpersonalet og følger anvisningerne.</p> <p>Startpunkt er markeret med o-skærm synlig fra startboksen.</p>
Put and Run	<p>Put and Run er åbent for starter:</p> <p>1. etape 11:00-14:00, 2. og 3. etape 10:00-13:00.</p> <p>Løbere i klasserne med Put and Run skal henvende sig til startpersonalet og følge deres anvisninger.</p>
Toiletter	<p>Der vil være opstillet toiletvogne på stævnepladserne. Derudover vil der på 1. og 2. etape være opstillet toiletter ved starten.</p>
Overtrækstøj	<p>Der er på grund af de korte afstande til start IKKE transport af overtrækstøj.</p>
Startlister	<p>Kan ses på påskeløbets hjemmeside.</p> <p>På 3. etape er der jagtstart. På påskeløbets hjemmeside kan starttiden for 1. start ses for de enkelte klasser.</p> <p>Øvrige starttider offentliggøres hurtigst muligt på påskeløbets hjemmeside.</p>
Mål	<p>Målpost stemples på målstregen, hvorefter slusen følges til aflæsning af brik. Placeringen på jagtstarten afgøres ud fra stempling af målposten og ikke passagen af målbanneret.</p> <p>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.</p> <p>Den maksimale løbstid er 150 minutter for alle klasser. Løbere der overskrider den maksimale løbstid noteres som udgåede.</p>
Resultatformidling	<p>Der er løbende resultatformidling på stævnepladsen i form af resultattavler.</p>
Omklædning og bad	<p>Der er ingen omklædnings- eller bademuligheder.</p>
Børnebane	<p>Der tilbydes gratis børnebaner med beskedne præmier til alle deltagere. Børnebanerne er åbne kl. 10.00 – 14.00 på første etape og 9:30 – 13:30 på 2. og 3. etape.</p>
Børneaktivering	<p>Der tilbydes gratis børneaktivering mod tilmelding via O-service eller OrienteeringOnline.</p>
Kiosk	<p>Velassorteret kiosk på stævnepladsen på alle etaper. Se menukort på hjemmesiden.</p>
Fortræning	<p>Tirsdag d. 31/3 og onsdag d. 1/4, begge dage med start mellem 13 og 16.</p> <p>Mødested er ved Bregnet Kirke, Kirkebakken 2, 8410 Rønne mellem Rønne by og Kalø Slotsruin.</p> <p>Der er poster med SportIdent i skoven.</p> <p>Der er følgende 7 baner at vælge mellem: Let 2,5 km, let 4,0 km, mellemsvær 3,4 km, mellemsvær 4,9 km, Svær 3,3 km, svær 5,5 km, og svær 8,2 km.</p> <p>Det er muligt at tilmelde sig på dagen. Prisen er 50 kr.</p> <p><b>DET ER SAMME BANER DER LØBES DE 2 DAGE!</b></p>

Stævneleder	<p>Ebbe Møller Nielsen, OK Pan</p> <p>Hampthøjvej 12, 8270 Højbjerg, tlf. +45 28351948, ebbe@loberen.dk</p> <p>René Rokkjær, OK Pan</p> <p>Hedevej 4, Gl. Rye, 8680 Ry, tlf. +45 61316244, rene@rokkjar.dk</p>
Banelæggere	<p>1. etape: Thomas Hjerrild, OK Pan</p> <p>2. etape: Signe Søes og Rasmus Oscar, OK Pan</p> <p>3. etape: Henrik Leth Jørgensen, OK Pan</p>
Banekontrollanter	<p>1. etape: Henrik Markvardsen, Tisvilde Hegn OK</p> <p>2. etape: Bjarne Hoffmann, OK Pan</p> <p>3. etape: Mikkel Lund, Silkeborg OK</p>
Stævnekontrollant Dommer	<p>Flemming Thyssen, Horsens OK</p> <p>Birgitte Halle, Århus 1900</p>