



# Indbydelse

**Søllerød Orienteringsklub indbyder til  
mellemdistanceløb og  
femte afdeling af ungdomspokalløbene  
den 20. august 2011 i Rude Skov**

1. udgave – 2011.07.12

## Stævne

Mellemdistanceløb  
Lørdag den 20. august  
\*\*\* 3-stjernet C-stævne \*\*\*  
<http://sollerod-ok.dk>

## Løbsområde

Rude Skov østlige del

## Mødested

Stævnepladsen er beliggende på Rudegård Idrætsanlæg ved Holtehallerne, Kongevejen 464-468, 2840 Holte og er åben fra kl. 13.00.  
Parkering på P-plads ved Holtehallerne efter anvisning fra p-hjælpere.

## Løbskort

Rude Skov 1:10.000, ækvidistance 2,5 m, tegnet juli 2010 og rettet maj 2011. Kortet er tegnet på grundlag af orthofotos og laserkurver fra COWI, samt tekniske kort fra Rudersdal og Lyngby-Taarbæk kommuner. Godkendt af kortkonsulent.

## Terrænbeskrivelse

Typisk nordsjællandsk blandingsskov med mange stier. Generelt god gennemløbelighed, men visse områder har dårligt sigt og diffust tæthedsbillede.

## Baner og klasser

For deltagere i ungdomspokalløbet tilbydes følgende klasser:

Klasse	Sværhedsgrad	Ca. længde
D-10	Grøn – Begynder	1,5 – 2,5
D11-12	Hvid – Let	2,5 – 3,0
D13-14	Gul – Mellemsvær	3,5 – 4,0
D15-16	Sort – Svær	3,0 – 3,5
H-10	Grøn – Begynder	1,5 – 2,5
H11-12	Hvid – Let	2,5 – 3,0
H13-14	Gul – Mellemsvær	3,5 – 4,0
H15-16	Sort – Svær	4,0 – 5,0

For øvrige deltagere tilbydes:

Bane	Bane	Ca. længde
Bane 1	Sort – Svær	7
Bane 2	Sort – Svær	5,5
Bane 3	Sort – Svær	4,5
Bane 4	Sort – Svær	3,5
Bane 5	Gul - Mellemsvær	5
Bane 6	Gul - Mellemsvær	3,5
Bane 7	Hvid – Let	4,5
Bane 8	Hvid – Let	3
Bane 9	Grøn - Begynder	3

### Præmier

Der er præmier til de 3 hurtigste i hver klasse i ungdomspokalløbet, dvs. klasserne til og med H/D-16.

### Tidtagning

Der benyttes elektronisk tidtagning med SPORTident systemet.

Løbere, som anvender egen brik, skal oplyse SI-brik nummer ved tilmelding.

Hvis SI-brik nummer ikke oplyses, lejes brik automatisk.

Lejede SI-brikker udleveres ved start og skal afleveres ved målgang. Ikke afleverede SI-lejebrikker skal erstattes med kr. 280,00.

### Start

Alle deltagere, både i ungdomspokalløbet og de øvrige baner, starter efter put-and-run princippet. Der er fri start mellem kl. 14.00 og 15:30. Løbere på samme bane kan starte med minimum 1 minuts interval.

### Afstande

Fra parkering til stævneplads 100 - 300 m.

Stævneplads til start 1100 m.

### Kiosk

Der forefindes kiosk på stævnepladsen.

### Børnebaner

Der er gratis børnebaner ved stævnepladsen mellem 14.00 og 15:30. Præmier til alle, der gennemfører.

### Toiletter og bad

Toiletter og bad ved omklædningsrum i Holte Hal 1.

### Startafgift

	Deltagere i ungdomspokalløbet	Øvrige baner	
Tilmelding:	O-service	O-service	På dagen
D/H -10 t.o.m. D/H -20 samt bane 9 (begynder):	kr. 45,00	kr. 45,00	kr. 55,00
Øvrige klasser:	-	kr. 65,00	kr. 75,00
Leje af SPORTident-brik:	kr. 15,00	kr. 15,00	kr. 15,00

### Tilmelding

Tilmelding til ungdomspokalløbet via O-service.

Tilmelding til øvrige baner via O-service. Disse baner kan også købes på stævnepladsen til en let forhøjet pris.

Sidste frist for klubadministratorernes godkendelse af klubbernes tilmeldinger i O-service er mandag den 15. august kl. 19.00.

**Betaling**

Betaling af løbsafgift samt leje af SPORTident-brik skal ske samtidigt med løbstilmelding til Danske Bank, konto 3325-4450341800

**Stævneledelse**

Niels la Cour Bentzon, Søllerød OK, [niels@bentzon.net](mailto:niels@bentzon.net), 4565 1844  
Ellen Lindmark Frier, Søllerød OK

**Banelæggere**

Tore Linde, Søllerød OK  
Ulrik Illum, Søllerød OK

**Korttegning**

Troels Christiansen, Søllerød OK

**Stævnekontrol**

Heidi Kristensen, Søllerød OK

**Banekontrol**

Kommer

**Dommer**

Tom P. Neesgaard, FSK Orientering

## På gensyn i Rude Skov

