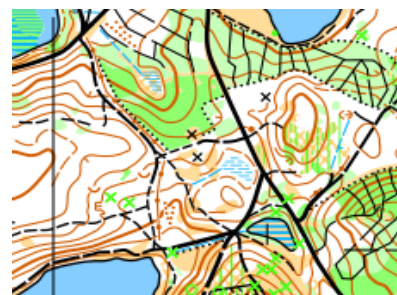


Søllerød Orienteringsklub indbyder til Cowi-Ligaen:

COWI

**Op/Ned 3.-4. division,
Op/Ned 4.-5. division,
Op/Ned 5.-6. division,
samt Åbne Baner i
Rude Skov.**



Dato	25. September 2016 kl. 11:00-15:00 Stævnepladsen har åben 10:00-15:00
Arrangør	Søllerød Orienteringsklub
Stævne og klassifikation	<p>**** Stævnet er et 4 stjernet stævne dog uden præmier. Stævnet er sidste del af Divisionsturneringen som afgør op/ned rykning i 3.-6. division. Stævnet er åbent for alle og der tilbydes åbne baner i alle sværhedsgrader.</p> <p>Følgende klubber kan deltage på de ordinære baner.</p> <p>3.-4. Division op/ned: FSK Orientering, København Helsingør SOK Holbæk OK Køge OK</p> <p>4.-5. Division op/ned: PI, København OK 73, Gladsaxe OK Skærmen Værløse Amager OK</p> <p>5.-6. Division op/ned: Lyngby OK O-63/NFR/Maribo Kildeholm OK, Ølstykke DSR/Fredensborg/Vinderød</p>
Løbsområde	Rude Skov.

Op/Ned Match 3.-6. Division, Øst

SØLLERØD

Mødested	<p>Stævnepladsen er beliggende nord for Paradiskvarteret i Holte. Der vil være snitzlet fra parkering til stævneplads. Parkering anvises fra Skovlyskolen, Borgmester Schneiders Vej 40, 2840 Holte GPS: 55.823921, 12.489449</p> <p>Afstand parkering til Stævneplads: ca 1000 meter.</p>
Kort	<p>Rude Skov, 1:10.000, ækvidistance 2,5 m. Tegnet 2010 og revideret august 2016. Kortet har DOF kortkonsulent tilknyttet.</p>
Terrænbeskrivelse	<p>Rude skov er en typisk sjællandsk blandingskov, med et veludviklet stinet og moderat (til stærk) kupering. Skoven er generelt let gennemløbelig. Flere steder er underskoven dog vokset frem over sommeren.</p>

Op/Ned Match 3.-6. Division, Øst

SØLLERØD

Klasser

Gruppe	Klasser	Længde	Bane
H1	H-20, H21-, H35-	8-9 km	1
H2	H40-, H45-	6-7 km	2
H3	H-16, H50-, H55-	5-6 km	3
H4	H60-, H65-	4-5 km	4
H5	H70-	3-4 km	5A
H6	H-14, H-16B	4,5-5,5 km	6
H7	H-20B, H21-B, H35-B	4,5-5,5 km	6
H8	H-12, H-14B, H-20C, H21-C	3-4 km	7
D1	D-20, D21-, D35-	6-7 km	2
D2	D40-, D45-	5-6 km	3
D3	D-16, D50-, D55-	4-5 km	4
D4	D60-, D65-	3-4 km	5B
D5	D70-	2,5-3,5 km	8
D6	D-14, D-16B	3,5-4,5 km	9
D7	D-20B, D21-B, D35-B	3,5-4,5 km	9
D8	D-12, D-14B, D-20C, D21-C	3-4 km	7
9	H-10, D-10, H-12B, D-12B, Begynder	2,5-3,5 km	10

Sværhedsgrader:

	Grøn - Begynder
	Hvid - Let
	Gul - Mellemsvær
	Blå - Svær
	Sort - Svær

<p>Åbne baner</p>	<p>Til alle løbere tilbydes følgende åbne baner. Åbne baner kan med fordel købes via o-service men er også til salg på dagen i begrænset mængde og til forhøjet pris. Åbne baner købt på dagen kan betales med Mobilepay eller kontant. Åbne baner har fri start i tidsrummet 11:30-13:00. Følg instruktionerne fra startpersonalet.</p> <table border="1" data-bbox="568 483 1184 931"> <thead> <tr> <th>Bane</th> <th>Sværhedsgrad</th> <th>Længde</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Åben Lang</td> <td>Svær</td> <td>8-9 km</td> </tr> <tr> <td>Åben 1</td> <td>Svær</td> <td>6-7 km</td> </tr> <tr> <td>Åben 2</td> <td>Svær</td> <td>4-5 km</td> </tr> <tr> <td>Åben 3</td> <td>Svær</td> <td>3-4 km</td> </tr> <tr> <td>Åben 4</td> <td>Mellemsvær</td> <td>3-4 km</td> </tr> <tr> <td>Åben 5</td> <td>Let</td> <td>3-4 km</td> </tr> <tr> <td>Åben 6</td> <td>Begynder</td> <td>2,5-3,5 km</td> </tr> </tbody> </table>	Bane	Sværhedsgrad	Længde	Åben Lang	Svær	8-9 km	Åben 1	Svær	6-7 km	Åben 2	Svær	4-5 km	Åben 3	Svær	3-4 km	Åben 4	Mellemsvær	3-4 km	Åben 5	Let	3-4 km	Åben 6	Begynder	2,5-3,5 km
Bane	Sværhedsgrad	Længde																							
Åben Lang	Svær	8-9 km																							
Åben 1	Svær	6-7 km																							
Åben 2	Svær	4-5 km																							
Åben 3	Svær	3-4 km																							
Åben 4	Mellemsvær	3-4 km																							
Åben 5	Let	3-4 km																							
Åben 6	Begynder	2,5-3,5 km																							
<p>Kontrolsystem</p>	<p>SportIdent. De udsatte enheder understøtter ikke Touchfree men Touchfree brikker kan anvendes som traditionelle SI-brikker.</p> <p>Brikker kan lejes for kr. 15,-. Lejede brikker udleveres ved start og skal afleveres ved målgang.</p> <p>Ikke afleverede legebrikker skal erstattes med kr. 480,-</p>																								
<p>Start</p>	<p>Første start kl 11:00. Der benyttes individuel start. Fremkald 4 min. før start. Løbere i gruppe 9 har fri start (put & run) i et tidsinterval der oplyses i instruktionen.</p> <p>Løbere i grupperne D8, H8 samt gruppe 9 får løbskortet udleveret 2 min. før start og der ydes starthjælp.</p> <p>Åbne baner har fri start i tidsrummet 11:30-13:00</p>																								
<p>Skygning</p>	<p>Skygning må finde sted i B- og C-klasserne (Reglement 2.6). En deltager, der har fungeret som skygge, må ikke efterfølgende starte på samme bane.</p>																								
<p>Afstande</p>	<p>Parkering til stævneplads: ca 1000 meter.</p> <p>Stævneplads til start: ca 900 meter.</p>																								
<p>Børnebane</p>	<p>Der tilbydes gratis børnebane med start på stævnepladsen. Åbningstid: 11-14.</p>																								

Op/Ned Match 3.-6. Division, Øst

SØLLERØD

Stævnefaciliteter	<p>Under hele stævnet har vores velassorterede kiosk åben. Kiosken modtager Mobilepay og kontanter.</p> <p>Udstyr kan købes i O-butikken som også findes på stævnepladsen.</p> <p>Toiletter findes på stævnepladsen.</p> <p>Bad kan foregå på Rudegaard Stadion. Afstand fra stævneplads/parkering til bad ca. 3 km.</p> <p>Der er ikke børnepasning og ikke mulighed for bad på stævnepladsen.</p>
Præmier	Der er ikke præmier.
Tilmelding	<p>Tilmelding foretages på www.o-service.dk senest fredag d. 16. september 2016. Husk at angive gruppe, løbsklasse og SI briknummer.</p> <p>Åbne baner sælges også på dagen i begrænset omfang.</p> <p>Åbne baner afvikles med fri start (put & run).</p>
Startafgifter	<p>Pris for almindelige baner og åbne baner ved tilmelding i o-service:</p> <p>D/H -20 kr. 50,-</p> <p>D/H 21- kr. 90,-</p> <p>Åbne baner sælges også på dagen i begrænset omfang til forhøjede priser.</p> <p>Lejebrik kr. 15,-</p> <p>Konto for klubindbetalinger: 3325-4450341800</p>
Stævneleder	Henrik Molsen, Søllerød OK, e-mail: opned@molsen.dk , Mobil på dagen 30 70 65 02
Banelægger	Mikkel Kaae-Nielsen, Søllerød OK.
Banekontrol	Søren Larsen, OK Øst.
Stævnekontrollant	Gert Nielsen, Allerød OK.
Dommer	(Vi arbejder p.t. på at finde en dommer)

Vi glæder os til at se jer i Rude Skov.

Søllerød Orienteringsklub

