


AMOK VINTERLANG

Søndag den 26. januar 2025



OBS! På grund af uforudsete omstændigheder er stævnepladsen blevet ændret.

14/1-2025

Løbsområde	Holmen, Refshaleøen og Christianshavn Området er åbent byområde med uddannelsesinstitutioner, boligblokke, idrætsanlæg, industri og en del krat og småskov.
Stævnecenter og mødested	Schifters Bådlaug Holmen, Eik Skæløes Plads, 1437 København 
Mødetid	Stævnecenter åbner kl. 09.30
Transport og parkering	Cykel: Lige til døren.

	<p>Bus: Linje 2A (100m)</p> <p>Bil: Operaøens P-kælder eller gadeparkering i området (betalingsparkering).</p>
Kort	<p>Kort: Refshaleøen/Holmen: 1:4.000 - Nytegnat 2022, opdateret 2024.</p> <p>Alle baner printes på A3, vandfast papir.</p>
Baner	<p>Ultralang bane: ca. 16 km (Med væskepost).</p> <p>Lang bane: ca. 12 km (Med væskepost).</p> <p>Mellem bane: ca. 8 km</p> <p>Kort bane: ca. 5,5 km</p> <p>Familiebane: ca. 3 km</p> <p>Alle banelængder er kortest mulige vejvalg</p>
Start	<p>Samlet start for Ultralang, Lang, Mellem og Kort bane fra kl. 10:45.</p> <p>Fælles afgang til start kl. 10:30 og fælles instruktion ved start kl. 10:40.</p> <p>Familiebane: Fri start (put & run) fra kl. 10:30-12.00 fra Stævnecenteret</p> <p>Ingen transport af overtrækstøj.</p>
Kontrolsystem og tidtagning	<p>Sportident</p> <p>OBS: Ultralang og Lang kræver SI-brikker med op til 50 poster.</p> <p>Mellem, Kort og Familie kræver SI-brikker med op til 30 poster</p>
Afstande	<p>Parkering – Stævnecenter: 100 - 500 meter</p> <p>Stævnecenter – Samlet start: 300 meter</p> <p>Start for Familiebanen er ved Stævnecenter</p>
Mål	Mål ved Stævnecenter
Tilmelding	<p>Senest tirsdag den 21. januar 2025.</p> <p>- https://www.o-service.dk (for medlemmer af o-klubber)</p> <p>- https://runamok.dk/home/eventportal/vinterlang-2025/ (for alle andre)</p> <p>Der kan købes baner på dagen, så længe lager haves.</p>
Startafgift	<p>70 kr. for deltagere under 21 år.</p> <p>100 kr. for deltagere over 20 år.</p> <p>DOF-medlemmer, der tilmelder sig rettidigt gennem egen klub får 20 kr. i rabat.</p> <p>Leje af SI-brik: kr. 20,00.</p>
Betaling	<p>Klubvis gennem O-service for DOF-klubber.</p> <p>Andre deltagere betaler på MobilePay 90807 eller, alternativt, ved bankoverførsel til AMOK / AL Bank / Reg.nr. 5325 / Kontonr. 0247612.</p> <p>Husk venligst at anføre Vinterlang 2025 ved betalingen.</p>
Forplejning	<p>Efter løbet serverer vi gratis varme drikke/suppe.</p> <p>Deltagerne bedes medbringe egen tallerken/krus og ske.</p>
Omklædning, toilet og bad	<p>Omklædning i opstillede telte på pladsen, eller i eget medbragt telt. Der bliver opstillet toiletter.</p> <p>Overtræks- og skiftetøj kan opbevares i telt under løbet.</p> <p>Der er ikke mulighed for bad.</p>
Stævneledelse	<p>Stævneleder: Mikkel Merkelsen, Amager OK</p> <p>E-mail: merkelsen@yahoo.com - Mobil: 2874 8146.</p> <p>Stævnekontrollant: Daniel Nørgaard Bachmann, Amager OK</p> <p>Banelægger: Sven Wodschow, Amager OK</p> <p>Banekontrollant: Michael Graae, Sjøllerød OK</p> <p>Korttegner: Ernst Poulsen, Amager OK</p>