



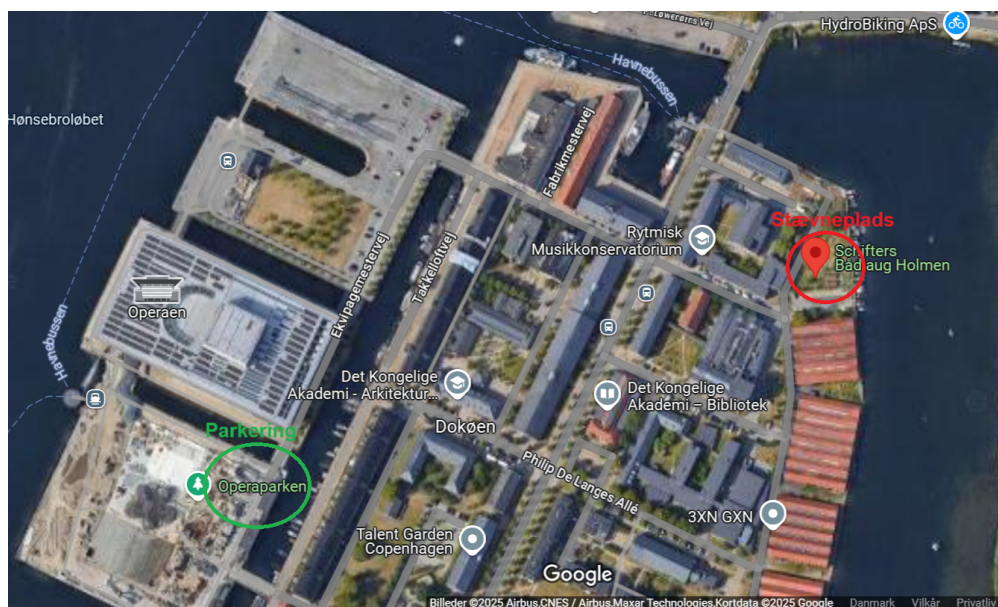
Amager OK – AMOK Vinterlang (byorientering) Søndag den 26. januar 2025



INSTRUKTION

**Mødested og
parkering samt
offentlig
transport**

Mødested og stævnecenter: Schifters Bådlaug Holmen, Eik Skaløes Plads, 1437 København.
Obs! Vær opmærksom på at det er ny placering ift. den første indbydelse.



Bus 2A: Ca. 200 m fra nærmeste stoppested til stævneplads

Cykel: Lige til døren

Parkering: Operaens parkering (betalingsparkering) 600 m.

Der kan ikke parkeres ved stævnecenter.

Løbsområde	<p>Holmen, Refshaleøen og Christianshavn</p> <p>Løbet foregår i blandet terræn med by, park, og stier med grus, samt lidt krat og småskov.</p> <p>Løbet foregår generelt i befolkede byområde.</p> <p>Afhængigt af vejret kan der være glat, og vi kan ikke garantere, at der er saltet overalt.</p> <p>Alle baner passerer trafikerede veje. Pas på jer selv og på hinanden. Alle færdselsregler skal overholdes.</p> <p>Vi henstiller desuden til generel agtpågivenhed og hensyntagen til andre, der færdes i byen.</p> <p>Forbudte områder markeret på kortet skal respekteres.</p> <p>Det anbefales at bruge alm. løbesko.</p>																																										
Løbskort	<p>Holmen, Refshaleøen og Christianshavn, tegnet 2024, med brug af symboler ifølge ISSprOM 2019-2. Ækvivalens 2,5 m. Tegnet af Ernst Poulsen, AMOK.</p> <p>Familiebane og Kort bane i målestok 1:4.000, øvrige baner 1:5.000</p> <p>Kortene vil være printet på vandfast papir.</p> <p>Specialsignaturer: <input checked="" type="checkbox"/> Træstub / træstammer – <input checked="" type="checkbox"/> Kanon / legeredskab</p>																																										
Kort og baner	<table border="1" data-bbox="395 882 1329 1283"> <thead> <tr> <th>Bane</th> <th>Km *</th> <th>Poster i alt</th> <th>Kortvend</th> <th>Format</th> <th>Væskepost</th> <th>Målestok</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Familie</td> <td>3,2</td> <td>17</td> <td>-</td> <td>A3</td> <td>-</td> <td>1:4000</td> </tr> <tr> <td>Kort</td> <td>5,3</td> <td>23</td> <td>-</td> <td>A3</td> <td>-</td> <td>1:4000</td> </tr> <tr> <td>Mellem</td> <td>8,0</td> <td>25</td> <td>-</td> <td>A3</td> <td>Ja</td> <td>1:5000</td> </tr> <tr> <td>Lang</td> <td>12,2</td> <td>36</td> <td>Ja</td> <td>A3</td> <td>Ja</td> <td>1:5000</td> </tr> <tr> <td>Ultralang</td> <td>15,8</td> <td>48</td> <td>Ja</td> <td>A3</td> <td>Ja</td> <td>1:5000</td> </tr> </tbody> </table> <p>* Korteste vejvalg</p>	Bane	Km *	Poster i alt	Kortvend	Format	Væskepost	Målestok	Familie	3,2	17	-	A3	-	1:4000	Kort	5,3	23	-	A3	-	1:4000	Mellem	8,0	25	-	A3	Ja	1:5000	Lang	12,2	36	Ja	A3	Ja	1:5000	Ultralang	15,8	48	Ja	A3	Ja	1:5000
Bane	Km *	Poster i alt	Kortvend	Format	Væskepost	Målestok																																					
Familie	3,2	17	-	A3	-	1:4000																																					
Kort	5,3	23	-	A3	-	1:4000																																					
Mellem	8,0	25	-	A3	Ja	1:5000																																					
Lang	12,2	36	Ja	A3	Ja	1:5000																																					
Ultralang	15,8	48	Ja	A3	Ja	1:5000																																					
Tilmelding på dagen	<p>Alle baner sælges på løbsdagen, så længe lager haves.</p> <p>Pris 70 kr. for deltagere under 21 år og 100 kr. for deltagere over 20 år.</p> <p>Familier der vil gå/løbe sammen betaler kun 1 startafgift à 100 kr.</p> <p>På løbsdagen kan I betale med MobilePay.</p>																																										
Postdefinitioner	<p>Postdefinitioner inkl. kontrolnumre er trykt på kortet.</p> <p>Der er ingen løse postdefinitioner.</p>																																										
Mødetid	<p>Kl. 9.30 (Stævnecenter åbner).</p>																																										
Start	<p>10.30: Fælles afgang til start - 200 meter</p> <p>10.40: Instruktion og clear + check af SI-brikker ved starten.</p> <p>10.45 (ca.): Banerne startes gruppevis i rækkefølgen Ultralang, Lang, Mellem og Kort Familiebanen har fri start fra Stævnecenteret i tidsrummet 10.30 - 12.00</p> <p>Banerne er gaflede og kortene udleveres tilfældigt inden start, idet banevarianten registreres ved aflæsning i mål.</p>																																										

Kontrol og tidtagning	<p>SportIdent (SI). + touch-free</p> <p>Ultralang bane og Lang bane kræver SI-brikker med op til 50 poster. Hvis du ikke har en brik af denne størrelse, vil du blive tildelt en (pris: kr. 20,00).</p> <ul style="list-style-type: none"> - Løbere, der er tilmeldt via runamok.dk og o-service.dk, får automatisk tildelt en SI-brik, hvis de ikke selv har en (pris: 20,00 kr.). - Løbere, der møder op på dagen, kan leje en SI-brik (pris: 20,00 kr.). - SI-brikker udleveres i stævnecenter fra kl. 9.30 og skal afleveres igen i mål efter aflæsning. Mistede brikker erstattes med 400 kr. <p>Hvis din SI-brik under løbet holder op med at fungere, skal du anvende klippetængerne placeret på posterne. Klip langs siden af kortet.</p>
Kiosk/ forplejning	<p>Der serveres gratis suppe, kaffe og te, samt vand ved stævnecenter efter målgang.</p> <p>Medbring gerne/helst selv egen kop/tallerken/ske, så vi kan spare på plastik og miljøet.</p> <p>Der er ingen kiosksalg.</p>
Toiletter/ Omklædning	<p>Toiletter ved Stævnecenter.</p> <p>Pga. vi blev nødt til at ændre stævneplads, er der ikke mulighed for at være indendørs, men vi sætter telte op, hvor man kan klæde om og opbevare skiftetøj. Vi opfordrer klubber til at tage klubtelte med, da pladsen ellers bliver lidt trang.</p>
Resultater	<p>Live resultater: https://liveresultat.orientering.se/</p> <p>Stræktider: http://obasen.orientering.se/winsplits/online/dk/default.asp?ct=true</p> <p>Baner: https://www.o-track.dk/</p> <p>Resultater: www.runamok.dk og www.o-result.dk</p> <p>Efterfølgende lægges en resultatliste på www.runamok.dk og på www.o-result.dk</p> <p>Løbet lægges på O-track</p>
Præmier	Ingen præmieuddeling ved dette løb
Evt. aflysning	I tilfælde af ekstremt vejr vil løbet blive aflyst indtil kl. 8.00 om morgenen på løbsdagen. Dette vil fremgå af www.runamok.dk
Stævneledelse	<p>Stævneleder: Mikkel Merkelsen, Amager OK, E-mail: merkelsen@yahoo.com - Mobil: 28748146.</p> <p>Stævnekontrollant: Daniel Nørgaard Bachmann, Amager OK</p> <p>Banelægger: Sven Wodschow, Amager OK</p> <p>Banekontrollant: Michael Graae, Søllerød OK</p> <p>Korttegner: Ernst Poulsen, Amager OK</p>

