



## INSTRUKTION

### LANGDISTANCE I GRINDSTED PLANTAGE

2.del af 2 lange dag i vest

- Stævnedag:** Søndag, den 24. februar 2013
- Mødested:** Grindsted Landbrugsskole, Tronsø Parkvej 40, 7200 Grindsted.  
Markeret med postskærm ud for skolen, hvor der parkeres.
- Stævneplads og mål:** Græsplæne lige øst for skolen. Der parkeres ganske tæt ved mål.  
Omkledning ved bilerne. Bad er ikke muligt. Husk tørt skiftetøj.
- Kort:** Nyeste o-kort, Grindsted Plantage 2003, rettelser 2007.  
Målestok 1:10.000, ækv. 2,5 m.
- Terræn:** Skoven er på 450 hektar. Typisk vestjysk plantage med varierende  
Gennemløbelighed. Blandingsskov med nåle- og løvtræer.  
De fleste indhegninger, 18 stk., er nedtaget. Er markeret på løbskortet.  
Se kortophæng ved mål angående ændringer.
- Postbeskrivelse:** IOF-symboler. Løse udleveres til løbere med holder.
- Kontrolsystem:** EMIT kvitteringssystem – uden back-up kort.
- Start:** Navneopråb ved start kl. 9.50. Samlet start på hver bane jf. angivne  
tidspunkter. Afstand fra Mål/Parkering til Start er 800m. Max.tid er 4 timer.
- Klasser:**
- | Bane | Længde | Poster | Væske | Start | Bane | Længde | Poster | Væske | Start |
|------|--------|--------|-------|-------|------|--------|--------|-------|-------|
| 1    | 18.770 | 23     | 2     | 10.00 | 4    | 9.830  | 13     | 2     | 10.05 |
| 2    | 15.000 | 19     | 2     | 10.00 | 5    | 6.050  | 13     | 2     | 10.10 |
| 3    | 12.410 | 17     | 2     | 10.00 | 6    | 4.740  | 11     | 1     | 10.10 |
- Der er kortvend på bane 1.
- Kiosk:** Ja, men ganske beskedent. Øl, vand og slik.  
Der serveres varm bouillon og vand i mål.
- Præmier:** Sammenlagt til bedste herre/dame løber på alle 6 baner ved dette og  
OK West's løb d. 10/2 i Nyminde Plantage. D.v.s. samlet bedste  
vindertid af begge løb. Overrækkes så snart resultat kendes.
- Banelægger:** Henrik Hansen m.fl.
- NB!** Ønskes deltagelse efter deadline kan du sende en mail - [louis.soerensen@post.tele.dk](mailto:louis.soerensen@post.tele.dk) -  
og så længe vi har ekstra kort til rådighed.

**ORIENTERINGSKLUBBEN ESBJERG**