

INDBYDELSE

LANGDISTANCELØB I GRINDSTED PLANTAGE



2.del af 2 lange dage i Vest 1.del afholdes i Nyminde af OK West.

- Stævnedag:** Søndag, den 24. februar 2013.
- Mødested:** Grindsted Landbrugsskole, [Tronsø Parkvej 40, 7200 Grindsted](#)
- Mål og Stævneplads:** Græsplæne lige øst for skolen. Det er alene eget medbragt klubbelt, som benyttes til omklædning. Bad er ikke muligt. Parkering er ganske tæt ved mål.
- 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.
- Postbeskrivelse:** IOF-symboler. Løse udleveres til løbere med holder.
- Kontrolsystem:** EMIT kvitteringssystem - uden back-up kort.
- Baner:**
- | | |
|---------------------------|---------------------------|
| Bane 1: 20 km Start 10.00 | Bane 4: 10 km Start 10.10 |
| Bane 2: 16 km Start 10.00 | Bane 5: 6 km Start 10.10 |
| Bane 3: 12 km Start 10.05 | Bane 6: 4 km Start 10.10 |
- Banelængderne ser foreløbig sådan ud: 18,8 km m/kortskifte, 15,0 km, 12,4 km, 9,8 km, 6,0 km og 4,7 km.
- Start:** Der er navneopråb ved start kl. 9.50. Samlet start på hver bane jf. angivne tidspunkter. Afstand fra Mål/Parkering til Start er max.900m. Max.tid er 4 timer.
- Kiosk:** På stævnepladsen, ganske beskedent udvalg. I mål er varm suppe og vand.
- Præmier:** Sammenlagt til bedste herre/dame løber på alle 6 baner ved dette og OK West's langdistanceløb d. 10/2 i Nyminde. D.v.s. samlet bedste vindertid af begge løb. Overrækkes så snart resultat kendes.
- Banelægger:** Henrik Hansen m.fl.
- Startafgift:** kr. 75,00 for seniorer, kr. 55,00 for juniorer -20 år.
Brikleje + kr. 20,00, Eftertilmelding + kr. 20,00.
Indbetales klubvis på reg.nr. 1551 konto 0002019191 ved tilmelding.
Mrkt.: Langdistance og afsenderklub.
- Tilmelding:** Via O-service senest mandag den **18. februar 2013** til:
OK Esbjerg v/Louis A. Sørensen Tlf. 75115561
Styrmandsvænget 74, 6710 Esbjerg V.
E-mail: louis.soerensen@post.tele.dk Hjemmeside: www.okesbjerg.dk

ORIENTERINGSKLUBBEN ESBJERG