



# Instruktion

## Formalia

DM Sprint 2009  
Lørdag d. 25. april 2009  
[www.dmsprint2009.dk](http://www.dmsprint2009.dk)  
A stævne \*\*\*\*\*  
2. afdeling af Trimtex Cup  
4. afdeling af Combineering Cup

## Mødested

Afmærkning starter i krydset Marienbergvej/Vinkelvej i Vordingborg (N 55.002949, E 11.897035), herfra afmærkning til parkering.

Oversigt over tilkørselsforhold her:  
<http://www.dmsprint2009.dk/redirect/parkering>

Bemærk det lukkede løbsområde, som **ikke** må passeres på vej til parkering.

## Stævneplads

På græsareal. Oversigtskort her [http://dmsprint2009.dk/download/DMSprint09\\_Comparea.pdf](http://dmsprint2009.dk/download/DMSprint09_Comparea.pdf) og ved indgang til stævneplads.

Her findes publikumspost, informationstavler, startlister, resultater, væske, kiosk, toiletter,, førstehjælp, BorgSprint og Stævnekontor.

Stævnekontoret er beliggende i beregningsteltet og åbent fra 10:30.

## Bemærk

At samtlige eliteløbere (D-20, D21-, H-20 og H21-) skal forlade stævnepladsen senest kl. 12:00 og begive sig mod start. Dette annonceres også via speakningen.

## Afstande

Parkering – stævneplads	900m	11 min i gå-tempo	blå snitzling
Stævneplads – start	1.900m	23 min i gå tempo	gul snitzling
Parkering – bad	200m		hvid snitzling

## Terrænbeskrivelse

Park, borganlæg og bebyggede områder med moderat kupering.

Det anbefales at løbe i "flade" sko (sko uden pigge).

## Konkurrencekort

Vordingborg, 1:4000, Ækvidistance 2 m, marts 2009. Sprintorienteringskort tegnet efter IOF's sprintkortnorm (ISSOM 2007).

Korttegner: Troels Christiansen.

Kortet er godkendt af kortkonsulent Asger Jensen.








Kortet måler 30 x 27 cm og er offsettrykt på vand- og rivfast papir af Grafisk Forum i Horsens.

### Bemærk

At medianerne på kortet er blå.

At det kan være afgørende at kunne skelne mellem mure og hhv. passable og ikke passable klippeskrænter (stub) på løbskortet. Impassable mure og klippeskrænter er ikke tilladte at passere (eller hoppe ned fra) og medfører diskvalifikation.

Se eksempel fra sprintkortnormen (ISSOM 2007) herunder.

	519.1 Passabel mur	
	521.1 Impassabel mur	
	521.3 Bred impassabel mur	
		203.0 Passabel klippeskrænt
		201.0 Impassabel klippeskrænt

At der er øvrige signaturer, der jf. ISSOM 2007 (IOF's sprintkortnorm) er forbudte at passere. Det forventes, at deltagerne er bekendte med kortnormen.

Læs mere her: <http://lazarus.elte.hu/mc/specs/issom2007.pdf>

At der er ikke anvendt specialsignaturer.

## Opvarmingskort

Kortet udleveres ca. 100m fra stævnepladsen på vej mod start. På kortet er angivet stævneplads, start og afmærket rute til start. Løberne må **ikke** bevæge sig uden for kortet, men gerne afvige fra den afmærkede rute.

Kortet er i samme målestok og trykt på samme papir som konkurrencekortet.

## Baner

Klasse	Længde	Poster
D-16	2,2 km	17
D-20	2,4 km	17
D21	2,5 km	18
D35	2,2 km	17
D40	2,2 km	17
D45	2,0 km	14
D50	2,0 km	14
D55	2,0 km	14

Klasse	Længde	Poster
H-16	2,5 km	18
H-20	2,7 km	20
H21	3,0 km	21
H35	2,8 km	20
H40	2,8 km	20
H45	2,6 km	18
H50	2,6 km	18
H55	2,2 km	18
H60	2,2 km	18
H65	2,2 km	18

Der er fortaget seedning i eliteklasserne (D-20, D21, H-20 og H21) efter gældende regler fra DOF's Eliteudvalg.

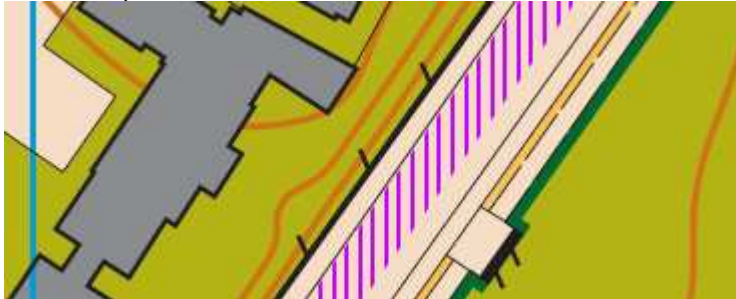
### Bemærk

At postdefinitioner for poster placeret ved **mure** angives med signaturen "**stendige**".  
Se eksempel herunder.



"Det sydøstligste murknæk, posten placeret NV for murknæk"

At det **ikke** er tilladt at krydse veje angivet med skravering (signaturen 709.0 "forbudt område"). **Løb på fortove langs disse veje er tilladt.** Veje uden skravering må passeres frit. Se eksempel herunder.



"Der må løbes på fortovet i begge sider, men vejen må ikke krydses"

I terrænet er et hegn (markeret med "to faner", symbol 524) snitzlet på toppen med rød/hvid snitzling for at gøre deltagerne opmærksom på, at hegnet **ikke** må passeres.

Posterne står tæt – tjek numrene!

## Start

Første start for eliteklasserne (D-20, D21, H-20 og H21) er 12:00

Første start for øvrige DM klasser er 14:00

Startlister offentliggøres på [www.dmsprint2009.dk](http://www.dmsprint2009.dk) senest d. 23. april. Der kan dog forekomme tilføjelser frem til kort før stævnedagen grundet eftertilmeldinger (som dog starter først).

Startinterval på 1 min for alle klasser. Fremkald 4 min før starttid.

Bokse	Funktion
4 min til start	SI-brik kontrolleres og løber clearer og checker sin SI-brik. <b>Evt. lejebrik udleveres</b>
3 min	Løse postdefinitioner, som kun må anvendes med holder. Løbskort ophængt
2 min	Løbskort ophængt
1 min	Startpersonalet lægger – efter kontrol af SI-brik og løber – løbskortet ned foran løber
0 min	I startøjeblikket tager løber sit kort og løber af den snitzlede rute til startpunktet 60 m fremme.

For sent startende skal henvende sig og derefter følge startpersonalets anvisninger

Toiletter og væske ved start.

Opvarmning kan ske af vejen til start og i de på opvarmningskortet angivne områder.

## Brystnumre

Alle løbere skal bære brystnumre, disse er ophængt ved start. Numre fremgår af startlisten.

## Transport af overtrækstøj

Tøjet lægges i plastpose (der påføres navn og starttid) og anbringes på en trailer placeret ved start. Efter sidste start i hhv. eliteklasserne og for øvrige DM klasser transporteres tøjet til stævnepladsen.

**Mål**

På målstregen stemples målenheden. Efter aflæsning skal løbskortet lægges i din klubs pose. Poserne kan afhentes efter sidste start, hvilket annonceres af speakeren.

**Maxtid**

35 min. Udgåede løbere skal henvende sig i mål.

**Elektronisk tidtagning**

SportIdent

**Væske**

I mål og ved start findes vand, ved mål tillige saft.

**Præmieoverrækkelse**

Eliteklasser (D-20, D21, H-20 og H21) ca. kl. 13:30

Øvrige DM klasser ca. kl. 16:30

**Præmier**

Medaljer til de 3 første i hver DM klasse. Vinderne i D21- og H21- modtager DIF medalje. Præmier fra **LØBEREN** til nr. 1, 2 og 3 i hhv. D-16 og H-16.

**Førstehjælp**

Der tilbydes førstehjælp ved behov. Henvendelse i kiosken.

**Bad**

Mulighed for omklædning i nærheden af parkering, følg hvid afmærkning.

**Toiletter**

Offentlige toiletter i kort afstand til stævneplads. Alle løbere passerer toiletterne til/fra parkering og start.

**BorgSprint (let bane)**

Der tilbydes gratis BorgSprint for børn og begyndere i alle aldre. Det er muligt at løbe fra **kl. 14:00** til kl. 16:00. Instruktion og udlevering fra eget telt ved siden kiosken.

Det er **ikke** tilladt at løbe BorgSprinten før egen start i DM, men gerne efter. Tilbuddet annonceres på dagen via speakningen.

**Åbne baner**

Der tilbydes **ikke** åbne baner, men der henvises til eftermelding, BorgSprinten samt fortræning.

**Eftermelding**

Eftermelding mulig i O-service frem til onsdag d. 22. april 2009 kl. 18:00 mod tredobbelt startafgift, svarende til 210 kr. for H/D – 20 og 270 kr. for H/D 21- Alternativt til Kim Jensen; kim@nyraad.net tlf. 55375074.

**Kiosk**

Velassorteret kiosk findes centralt på stævnepladsen.

Grundet stævnets centrale beliggenhed i byen har det været nødvendigt at søge myndighederne om tilladelse til at have en kiosk. I tilladelsen hedder det, at vi desværre IKKE må sælge ting, der er tilberedt i private hjem. Vi kan derfor ikke sælge hjemmebagte kager o.lign., men vil i stedet have "købte" produkter.

**Børneparkering**

Tilbydes ikke grundet kun 2 tilmeldinger. Der er rettet henvendelse til de tilmeldte.

**Live-streaming**

Stævnet live-streames på [www.dmsprint2009.dk](http://www.dmsprint2009.dk)

Resultater ophænges endvidere på stævnepladsen hurtigst muligt.

**Gåsetårnet**

Via sponsorat fra Danmarks Borgcenter er der gratis adgang for alle deltagere (og evt. ledsagere) i Gåsetårnet. Besøg i tårnet må først ske **efter egen start i DM.**

Deltagere, der ønsker at besøge tårnet og nyde udsigten kan henvende sig i receptionen i Danmarks Borgcenter (Sydsjællands Museum), og oplyse angive sit navn og klasse, idet museet har en kopi af startlisten. Tilbuddet annonceres på dagen via speakningen.

#### **Ordensregler**

Det er ikke tilladt at kravle på ruinerne.

#### **Stævneledelse**

Niels-Henrik Holscher, O-63

Henrik Plenge Jensen, O-63/Søllerød OK, 22177441

Troels Christiansen, O-63/Søllerød OK (51848393 / [info@dmsprint2009.dk](mailto:info@dmsprint2009.dk))

#### **Stævnekontrollant**

Arne Kristensen, Herlufsholm

#### **Banelægger og korttegner**

Troels Christiansen, O-63/Søllerød OK

#### **Banekontrollant og kortkonsulent**

Asger Jensen, OK Roskilde

#### **Speaker**

Erling Thisted, Søllerød OK

#### **Jury**

Torben Kristensen, Herlufsholm (formand). Kontaktes via stævnekontor.

De tre resterende jury medlemmer offentliggøres via [www.dmsprint2009.dk](http://www.dmsprint2009.dk), når juryformanden har truffet aftaler med disse personer.

#### **Klager/protest**

Klager indgives til stævnekontoret, som kontakter stævneleder Niels-Henrik Holscher. Hvis klagen ikke løses her, udfyldes klageblanket, der udleveres til stævnekontor, og klagen går videre til juryformand.

Juryen træder i funktion ved evt. protester, som ikke kan løses af stævneledelsen. Henvendelse til juryformanden sker gennem stævneledelsen.

En klage skal indgives så tidligt som muligt efter udløbet af max tid for den sidst startende i konkurrencen, dvs. senest 30 min efter udløbet af sidste løbers max tid.

## **På gensyn i Vordingborg**

