



Instruktion

DM-Hold Finale 2009 (COWI-ligaen)

Jægersborg Hegn
den 4. oktober 2009



Første udgave – 2009.09.29.

Stævne

DM for klubhold 2009 og finale i COWI-ligaen
Søndag den 4. oktober
**** 4-stjernet B-stævne ****
www.dmhold2009.dk

Mødested

Afmærket med skærm ved
Rundforbiparken 1, 2850 Nærum (N 55° 49' 36.5", E 12° 32' 30.1").
Herfra anvises P-plads. P-hjælpernes anvisninger skal ubetinget følges. Der må kun
parkeres på de anviste pladser.

Da vi forventer mange deltagere, opfordrer vi til samkørsel!

Busser skal køre til mødested via
Egebækvej 2, 2840 Holte (N 55° 49' 37.8", E 12° 31' 0.1")
hvor skærm er ophængt. Afsætning sker ved Rundforbiparken 1, hvorefter busser
fortsætter til parkering ved Nærum Gymnasium,
Nærum Hovedgade 15, 2850 Nærum (N 55° 49' 6.0", E 12° 31' 53.8").

Fra parkering følges snitzling til stævnepladsen, der er åben fra kl. 10.00.

Fra parkering er der ligeledes vejvisning til bad og omklædning på Rundforbi Stadion.

Stævneplads

På græsareal i den nordlige del af Jægersborg Hegn. Oversigtskort kan ses her
http://www.dmhold2009.dk/download/DMHold09_Comparea.pdf og ved indgang til
stævneplads.

På stævnepladsen findes stævnekontor, salg af åbne baner, velassorteret kiosk, O-
Butikken, toiletter, resultater, væske og førstehjælp.

Stævnekontoret er åbent fra kl. 10:00.

Afstande

Parkering – stævneplads	1300 - 1800 m	Rød-Gul snitzling
Stævneplads – start	200 m	Blå-Gul snitzling
Parkering – bad	200 – 600 m	Bad er beliggende på Rundforbi Stadion. Skiltning fra P-plads.

Terrænbeskrivelse

Jægersborg Hegn er en frodig skov hovedsagelig med ældre løvtræer. Der er et gennemgående stisystem overalt i skoven og flere diffuse ridestier. Størstedelen af skoven er relativt flad, dog med middel kupering i den sydligste og østligste del. Generelt er gennemløbeligheden i terrænet god, men specielt i den sydlige del af skoven findes mange områder, der veksler mellem bøgepur af forskellig alder og lysåbne områder. Disse områder har dårlig sigt og diffus karakter.

Der henvises til Skov- og Naturstyrelsens hjemmeside for en generel naturbeskrivelse af skoven: http://www.skovognatur.dk/Ud/Beskrivelser/Hovedstaden/jaegersborg_hegn/

Løbskort

Jægerborg Hegn, 1:10.000, ækvidistance 2,5 m, nytegnet 2009 efter COWI laserkurver. Kortet er offsettrykt på vand- og rivefast papir. Korttegnere Troels Christiansen og Piotr Sierzputowski. Kortet er godkendt af kortkonsulent Erik Bülow-Olsen.

Bemærk følgende specialsignaturer:

- x (brunt kryds) Markant trærod > 1,5m.
- o (grøn cirkel) Markant enligstående træ i åbent område.

Forbudte områder

Forbudte områder er markeret med violet skravering på løbskortet og skal naturligvis respekteres. Overtrædelse medfører diskvalifikation.

Passage af trafikeret vej

Banerne 1, 2A, 2B, 3A, 3B, 5 samt Åben 1, Åben 2, Åben 3 og Åben 5 passerer to gange en vej med hurtigkørende trafik, der løber tværs gennem skoven. Der er ingen tvungne passager, og løberne skal derfor vise høj agtpågivenhed ved passage af vejen.

Baner ved DM-Hold finalen

Bane 1	9,2 km	23 poster	Sort – svær
Bane 2A	6,8 km	20 poster	Sort – svær
Bane 2B	6,3 km	18 poster	Sort – svær
Bane 3A	5,1 km	17 poster	Sort – svær
Bane 3B	5,1 km	19 poster	Sort – svær
Bane 4A	3,7 km	13 poster	Sort – svær
Bane 4B	4,0 km	14 poster	Sort – svær
Bane 5	4,7 km	17 poster	Gul – mellemsvær
Bane 6	3,9 km	15 poster	Gul – mellemsvær
Bane 7A	3,5 km	12 poster	Hvid – let
Bane 7B	3,5 km	12 poster	Hvid – let
Bane 8	2,7 km	13 poster	Grøn – begynder

Der er væskepost(er) på banerne 1, 2A, 2B, 3A og 3B.

Startprocedure for DM-Hold finalen

Startstedet er fælles for alle baner. Første start i DM-Hold finalen er kl. 11.00. Startlisterne offentliggøres på dmhold2009.dk senest den 30. september.

Startintervallet er 2 minutter på alle baner. På bane 8 er der fri start.

Opvarmning kan ske på vejen til start og på vejen mellem parkering og stævneplads.

Der tilstræbes stille start, så løberne bør være fremme ved start i god tid. Clear og check af SI-brik foretages umiddelbart før indgang i startbåsene. Alle anvisninger fra startpersonalet skal følges.

Startproceduren begynder 4 minutter før starttid. Når uret i venteområdet viser løberens starttid, træder han/hun ind i første startbås.

Bås 1 - 4 minutter før start:
Startpersonalet kontrollerer Navn og SI-brik.
Lejebrik udleveres – clear og check af lejebrik.

Bås 2 - 3 minutter før start:
Løse definitioner tilbydes løbere, som medbringer definitionsholdere.
Løbskort er ophængt i båsen.

Bås 3 - 2 minutter før start:
Løbere på banerne 7A, 7B og 8 tager deres løbskort fra kasser mærket med banenummer.
Løbskort er ophængt i båsen for de øvrige løbere.

Bås 4 - 1 minut før start:
Der ydes starthjælp til løbere på banerne 7A, 7B og 8.
Øvrige løbere tager et kort fra kortkasserne, der er markerede med tydeligt banenummer.
Løberen må kontrollere, at det rigtige kort er taget, som herefter lægges med bagsiden op på startlinjen.

STARTØJEBLIKKET:
Løbere på bane 8 har frit starttidspunkt og starter efter vejledning fra startpersonalet med mindst 1 minuts interval. I startbåsen for bane 8 er der placeret en SI-enhed, som løberne skal stemple i startøjeblikket for at starte tidtagningen. Startpersonalet vil vejlede, men det er løberens ansvar at stemple enheden!

Løbere på de øvrige baner må ikke stemple SI-enheden placeret i bane 8 startbåsen og starter, når startsignalet lyder.

Afstanden til startpunkt er ca. 10m for alle baner.

FOR-SENT-STARTENDE løbere skal henvende sig til startpersonalet, som vil være behjælpeligt med startforløbet.

SKYGNING må alene finde sted på bane 8. En løber, der har fungeret som skygge, må ikke efterfølgende starte i DM-Hold finalen.

Målprocedure for DM-Hold finalen

På målstregen stemples målenheden, og løbskortet lægges i klubbens pose. Der fortsættes gennem målslusen til kontrolaflysning, hvor print af stræktider udleveres, og eventuelt lejet SI-brik afleveres.

Klubposerne kan afhentes efter sidste løber er startet ca. 13:30.

Maxtid for DM-Hold finalen

150 minutter. Udgåede løbere skal henvende sig i mål.

Åbne Baner

Vi tilbyder åbne baner for medlemmer af klubber, der ikke deltager i DM-Hold finalen. For deltagere, der ikke er tilmeldt via O-service, vil der være salg af åbne baner på stævnepladsen fra kl. 13.30 – 14.30.

D/H -10 t.o.m. D/H -20 samt Åben 8 kr. 60,-
Øvrige kr. 90,-
Leje af SI-brik kr. 15,-

Åben 1	9,2 km	23 poster	Sort – svær
Åben 2	6,8 km	20 poster	Sort – svær
Åben 3	5,1 km	17 poster	Sort – svær
Åben 4	3,7 km	13 poster	Sort – svær
Åben 5	4,7 km	17 poster	Gul – mellemsvær
Åben 6	3,9 km	15 poster	Gul – mellemsvær
Åben 7	3,5 km	12 poster	Hvid – let
Åben 8	2,7 km	13 poster	Grøn – begynder

Der er væskepost(er) på banerne Åben 1, Åben 2 og Åben 3.

Startprocedure for åbne baner

Der benyttes samme startsted som i DM-Hold finalen. Deltagere på åbne baner har fri start i tidsrummet ca. 14:00 til 15:00.

Opvarmning kan ske på vejen til start og på vejen mellem parkering og stævneplads.

Løbere, som er tilmeldt åben baner via O-Service, får udleveret lejevrik ved start.
Løbere, som køber en åben bane på stævnedagen, får udleveret lejevrik ved købet på stævnepladsen.

Clear og check af SI-brik foretages umiddelbart før indgang i startbåsen.

Startpersonalet vil regulere løberstrømmen, så der så vidt muligt undgås "klumpdannelser" på de enkelte baner.

Løberne er selv ansvarlige for at tage det rigtige kort fra kortkasserne, som alle er markerede med tydeligt banenavn.

På startlinjen er der placeret en SI-enhed. Løberen er selv ansvarlig for at stemple denne i startøjeblikket for at starte tidstagningen.

Målprocedure for åbne baner

På målstregen stemples målenheden, og der fortsættes gennem målslusen til kontrol aflæsning, hvor print af stræktider udleveres, og eventuelt lejet SI-brik afleveres.

Maxtid for åbne baner

150 minutter. Udgåede løbere skal henvende sig i mål.

Postdefinitioner

IOF symboler er påtrykt kortet. Ved start tilbydes løse postdefinitioner til løbere i besiddelse af egnet holder hertil.

Tidtagning

Der anvendes elektronisk tidtagning med SPORTident systemet.
Lejede SI-brikker udleveres ved start og skal afleveres efter målgang. Ikke afleverede SI-lejevrikker skal erstattes med kr. 250,00.

Præmier og præmieoverrækkelse

DOFs pokal (vandrepræmie) til den vindende klub.
Præmieoverrækkelsen forventes at kunne ske ca. kl. 15:30.

Børnebaner

Der er gratis børnebaner ved stævnepladsen mellem 11.00 og 14:00. Der er præmier til alle børn, der gennemfører.

Kiosk

Der forefindes velassorteret kiosk på stævnepladsen.

Førstehjælp

Om nødvendigt tilbydes førstehjælp. Henvendelse i stævnekontoret.

Toiletter

På stævneplads og på Rundforbi Stadion ved parkering.

Overtrækstøj

Der tilbydes ikke transport af overtrækstøj mellem start og stævneplads.

Bad og omklædning

På Rundforbi Stadion i nærheden af parkering. Der er opsat vejviserskilte.
Bemærk at der foregår andre sportsaktiviteter på stadion, og at det derfor må påregnes at dele omklædningsrum og bad med andre sportsudøvere. Skiftetøj må ikke efterlades på stadion.

Ordensregler

Ifølge DOFs reglement er tobaksrygning ikke tilladt på stævnepladsen og i skoven.

Stævneledelse

Niels la Cour Bentzon, Søllerød OK, 4565 1844, info@dmhold2009.dk
Ulrik Illum, Søllerød OK

Banelæggere

Tore Linde og Peter Horstmann, Søllerød OK

Korttegning

Piotr Sierzputowski
Troels Christiansen, Søllerød OK

Stævnekontrollant

Finn Blom Christensen, Lyngby OK

Banekontrollant

Jesper Jensen, Farum OK

Jury

Juryformand Tage V Andersen, OK Øst samt tre jurymedlemmer, der udpeges af formanden. Juryen kontaktes via stævnekontoret.

Eventuelle klager indgives skriftligt eller mundtligt til stævnekontoret, som kontakter stævnelederen, der foretager en partshøring og skriftligt meddeler sin afgørelse. Klager skal indgives så tidligt som muligt og senest ved stævnets afslutning, hvorved forstås 30 minutter efter udløbet af maxtid for den sidst startende i DM-Hold finalen.

Protester mod stævnelederens afgørelser eller mod fejl i arrangementet kan angives skriftligt til juryformanden.

De nærmere regler er specificeret i DOFs Reglement 2009, paragrafferne 7.8 til 7.11.

På gensyn i Jægersborg Hegn

