

Instruktion til NJM Dag

D-løb i Vilsbøl plantage 26. oktober 2008

- Afmærkning:** Ved Vester Vandet på vej 557, herfra ca. 1,5 km. til stævneplads.
- Stævneplads:** Badeplads ved Nors sø øst for Vilsbøl plantage
Afstand fra parkering til stævneplads ca.100m.
Snitsling (blå/gul) til start, max. 500 meter.
Resultater ophænges på stævnepladsen.
Offentlig toilet tæt ved stævnepladsen.
- Kiosk:** Med velassorteret udvalg på stævnepladsen, bl.a. hjemmelavet rugbrød, sandwichboller og uovertrufne hjemmebagte kager.
- Børnebane:** Snitslet børnebane (ca. 2 km) med start/mål på stævnepladsen.
Fri start fra kl. 09:30
Børnebanen er gratis. Der er ingen børneparkering.
- Startliste:** Ophænges på stævnepladsen og ved start.
Banelængde og postantal fremgår af startlisten.
- Kort:** Vilsbøl 1 : 10.000 ækv. 2,5 m revideret 2008.
- Terræn:** Nordvestlige del klitplantage med en del stier, sydøstlige del blandet klitplantage og regulær stirig plantage.
Bemærk enkelte impassable indhegninger, disse er indtegnet på kortet.
- Postbeskrivelser:** IOF-symboler
- Væskeposter:** Væskeposter med rent vand, er markeret på løbskortet med bæger ved postdefinitionerne.
- Tidskontrol:** Der anvendes Emit brik system. Lejebrikker udleveres ved start.
Mistede lejebrikker erstattes med kr. 340,- . Husk at nulstille før start.
- Start:** Fremkald 4 min. før start. Back-up kort udleveres i startboksen og der er ekstra postdefinitioner til løbere med definitionsholder.
Løbskortet udleveres i startøjeblikket.
For løbere i klasserne H -12, D -12, Begynder -14, Begynder 15, udleveres løbskort 2 min. før start. Der er fri start for disse baner fra kl. 10:00 til 11:30.
Overtrækstøj transporteres ikke fra start til stævneplads.
- Max tid:** 2,5 time. Udgåede løbere skal henvende sig i mål.
- Præmier:** Uddeles på stævnepladsen ca. 12:30, eller så snart beregnerne har præmielisten klar.
- Omklædning/bad:** Omklædning ved bilerne. Der er gode bademuligheder i Nors sø ved stævnepladsen (rent og med lavvandet sandbund).
- Dommer:** Pia Mogensen St. Binderup. Kan træffes ved henvendelse i beregning.