
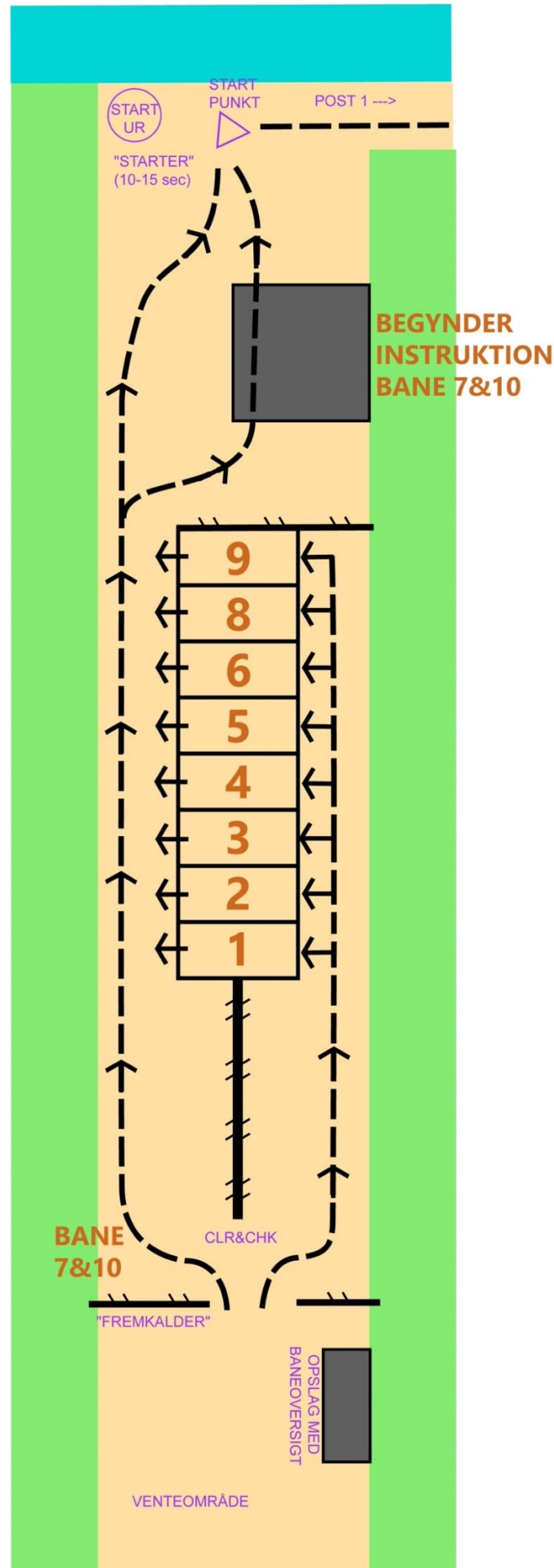
	<p style="text-align: center;">Instruktion til divisionsmatch i COWI-ligaen for Østkredsens klubber i 1. og 2. division, søndag den 20. juni 2021 i Kongelunden</p> <p style="text-align: right;"><i>Ver1, 16. juni 2021</i></p>	
Arrangør	Amager Orienteringsklub	
Navn	Divisionsmatch i COWI-ligaen for Østkredsens klubber i 1. og 2. division.	
Dato	Søndag den 20. juni 2021.	
Overordnet information om tiltag vedr. nedbringelse af coronasmitte	<p>Stævnets gennemførelse sker i henhold til myndighedernes corona-retningslinjer som opdateret den 11. juni (Justitsministeriet) og Stævne- og Reglementsudvalgets fortolkning af disse retningslinjer, samt med udgangspunkt i direkte dialog med Københavns Politi. Det betyder, at:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Forsamlingsforbuddet er lempet (til en grænse på 500 personer) • Til gengæld er der krav om sundhedsplan og gyldigt coronapas (se nedenfor) <p>DOF's udmeldte retningslinjer for stævner følges: https://do-f.dk/images/Forbundet/Dokumenter/DOF_retningslinjer_stævner_21_05_25.pdf</p> <p>Deltagerne bør desuden orientere sig i DOF's anbefalinger til deltagere i orienteringsstævner: https://do-f.dk/images/Forbundet/Dokumenter/DOF_anbefalinger_deltagere_21_05_25.pdf</p> <p>Ønsket startinterval skal fortsat reserveres af hensyn til sikring af afstand mellem løberne. Se under "Start".</p>	
Coronapas	<p>Ifølge den seneste genåbningsplan (11. juni) skal alle deltagere kunne fremvise gyldigt coronapas (om coronapas, se www.coronasmitte.dk).</p> <p>Der findes flere testcentre (både PCR og hurtigtest) tæt på stævnecenter. Se nærmeste testcentre her: https://coronasmitte.dk/raad-og-regler/kort-over-covid-19-testcentre</p> <p>Det er deltagerens eget ansvar at besidde gyldigt coronapas. Inden afgang til start bedes deltagerne dog henvende sig i den dertil oprettede station for tjek af coronapas. Stationen for tjek af coronapas er placeret i nordvestlige hjørne af parkeringspladsen (se "Parkerings").</p>	
Deltagende klubber i divisionsmatchen	1. division: FIF Hillerød Orientering Søllerød OK Tisvilde Hegn OK Allerød OK	2. division: OK Roskilde Farum OK Ballerup OK OK Øst Birkerød
Løbsområde	Kongelunden	
Mødested	Parkeringsplads ved Kongelundshallen, Kalvebodvej 253, 2791 Dragør (55.56285, 12.56904)	
Parkerings	<p>P-plads ved Kongelundshallen/Kongelundsfortet på Kalvebodvej 253 (eller alternativt P-plads for enden af Kalvebodvej (Sydvestpynten)).</p> <p>Find selv parkeringsplads; der er ingen parkeringsvagter.</p> <p>Der må <u>ikke</u> parkeres langs den østlige side af parkeringspladsen, da bus skal kunne passere. Se kortudsnit nedenfor. Se også stort oversigtskort sidst i instruktionen.</p> <p>Oversigt Parkerings:</p> 	

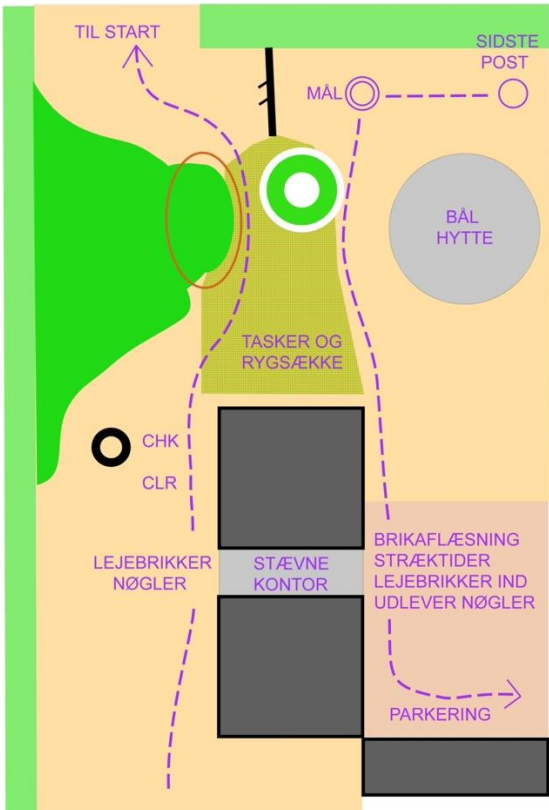
Bad, omklædning og toilet	Der er opstillet toiletter ved sydøstlige hjørne af Parkering ved Kongelundshallen. Der tilbydes ikke omklædning eller bad.																																								
Stævneplads	En egentlig stævneplads etableres ikke. Efter målgang og aflæsning bør løberne begrænse opholdet på pladsen. Der er ikke opslagstavle med instruktion, startliste og resultatformidling. Der tilbydes ikke kiosk. Butikker med salg af løbstøj mv. forefindes umiddelbart ved mål (Kalvebodhøj, Kalvebodsvej 254, 2791 Dragør). Der vil være flaskevand ved mål. Der vil være et stævnekontor på vej fra Parkering til Start til udlevering af lejebrikker. Stævnekontoret opbevarer også bilnøgler. Se stort oversigtskort sidst i instruktionen.																																								
Afstande	Parkering – Start: 500 m. Mål – Parkering: 200 m.																																								
Løbskort	Kongelunden, senest gennemgået en større revision i februar 2020 og opdateret i april 2021, med brug af ISOM 2017-symboler, ækvidistance 2,5 m. Bemærk venligst: Kortet er tegnet til det i flere omgange aflyste stævne i april 2020 og april 2021, dvs. midt på foråret. Efter udtrykt ønske fra DOF og Østkredsen blev stævnet genoptaget til afholdelse 20. juni, men dog uden den fornødne tid til en komplet gennemgang af kortet. Terrænet er på den ene side fortættet i perioden april-juni, og på den anden side har flere besøgende i skoven under pandemien forøget løbbarheden af ellers små spor. Klasserne D/H60 og ældre løber på kort i målestok 1:7.500. Alle andre klasser på kort i målestok 1:10.000. Specialsignaturer er vist på løbskortet. Forbudte områder er afmærket på løbskortet. Kortet har tilknyttet kortkonsulent og er tildelt DOF's kvalitetsmærke. Kortet er printet på vandfast papir (pretex).																																								
Terrænbeskrivelse	Kongelunden er en helt flad blandingskov med et tæt net af hovedsageligt lige stier vinkelret på hinanden, brudt af enkelte diagonalt gående stier. Den midterste del er en blanding af ny og gammel skov, mens områder nord og syd for "den gamle Kongelunden" er nyplantninger fra 1995 og fremefter. Skoven bærer fortsat i nogle få områder præg af stormfald med deraf følgende oprydning med store maskiner. Der er flere steder en kraftig underskogsvegetation med høje brændenælder og brombær, nogle steder iblandet afhuggede grene.																																								
Passage af trafikeret vej	Banerne 1, 2, 3, 4, 6 og 9 passerer Skovvej, der er trafikeret. Alle opfordres til forsigtighed ved passage.																																								
Baner og klasser	Til divisionsturneringen tilbydes følgende klasser jf. reglementet punkt 5.2 (dog tilbydes der ingen børnebane): <table border="1" data-bbox="411 1646 1062 2063"> <thead> <tr> <th>Klasse</th> <th>Sværhedsgrad</th> <th>Bane</th> <th>Antal poster</th> <th>Længde</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Begynder</td> <td>Grøn – Begynder</td> <td>10</td> <td>17</td> <td>3,4 km</td> </tr> <tr> <td>D10</td> <td>Grøn – Begynder</td> <td>10</td> <td>17</td> <td>3,4 km</td> </tr> <tr> <td>D12</td> <td>Hvid – Let</td> <td>7</td> <td>14</td> <td>3,3 km</td> </tr> <tr> <td>D12B</td> <td>Grøn – Begynder</td> <td>10</td> <td>17</td> <td>3,4 km</td> </tr> <tr> <td>D14</td> <td>Gul – Mellemsvær</td> <td>9</td> <td>13</td> <td>4,2 km</td> </tr> <tr> <td>D14B</td> <td>Hvid – Let</td> <td>7</td> <td>14</td> <td>3,3 km</td> </tr> <tr> <td>D16</td> <td>Sort – Svær</td> <td>4</td> <td>17</td> <td>4,5 km</td> </tr> </tbody> </table>	Klasse	Sværhedsgrad	Bane	Antal poster	Længde	Begynder	Grøn – Begynder	10	17	3,4 km	D10	Grøn – Begynder	10	17	3,4 km	D12	Hvid – Let	7	14	3,3 km	D12B	Grøn – Begynder	10	17	3,4 km	D14	Gul – Mellemsvær	9	13	4,2 km	D14B	Hvid – Let	7	14	3,3 km	D16	Sort – Svær	4	17	4,5 km
Klasse	Sværhedsgrad	Bane	Antal poster	Længde																																					
Begynder	Grøn – Begynder	10	17	3,4 km																																					
D10	Grøn – Begynder	10	17	3,4 km																																					
D12	Hvid – Let	7	14	3,3 km																																					
D12B	Grøn – Begynder	10	17	3,4 km																																					
D14	Gul – Mellemsvær	9	13	4,2 km																																					
D14B	Hvid – Let	7	14	3,3 km																																					
D16	Sort – Svær	4	17	4,5 km																																					

	D18	Sort – Svær	2	22	6,2 km
	D20	Sort – Svær	2	22	6,2 km
	D20B	Gul – Mellemsvær	9	13	4,2 km
	D21	Sort – Svær	2	22	6,2 km
	D21B	Gul – Mellemsvær	9	13	4,2 km
	D40	Sort – Svær	3	16	4,9 km
	D45B	Gul – Mellemsvær	9	13	4,2 km
	D50	Sort – Svær	4	17	4,5 km
	D60	Blå – Svær	5	13	3,7 km
	D70	Blå – Svær	8	12	2,8 km
	D-Let	Hvid – Let	7	14	3,3 km
	H10	Grøn – Begynder	10	17	3,4 km
	H12	Hvid – Let	7	14	3,3 km
	H12B	Grøn – Begynder	10	17	3,4 km
	H14	Gul – Mellemsvær	6	16	4,9 km
	H14B	Hvid – Let	7	14	3,3 km
	H16	Sort – Svær	3	16	4,9 km
	H18	Sort – Svær	1	24	8,3 km
	H20	Sort – Svær	1	24	8,3 km
	H20B	Gul – Mellemsvær	6	16	4,9 km
	H21	Sort – Svær	1	24	8,3 km
	H21B	Gul – Mellemsvær	6	16	4,9 km
	H40	Sort – Svær	2	22	6,2 km
	H45B	Gul – Mellemsvær	6	16	4,9 km
	H50	Sort – Svær	3	16	4,9 km
	H60	Sort – Svær	4	17	4,5 km
	H70	Blå – Svær	5	13	3,7 km
	H80	Blå – Svær	8	12	2,8 km
	H-Let	Hvid – Let	7	14	3,3 km
Skygning	Ifølge reglementet er skygning tilladt i klasser med sværhedsgraden grøn/begynder og hvid/let.				
Åbne Baner	Der tilbydes ikke åbne baner af hensyn til reduktion af det samlede antal løbere i stævnet.				
Væskeposter	Der er ingen væskeposter.				
Tidtagning og kontrol	Elektronisk tidtagning og kontrol med SportIdent. Posterne er udstyret med SI-enheder. Posterens kontrolnumre er angivet på toppen af SI-enhederne (vandret) og i nogle tilfælde både på toppen af enhederne og på siden af enhederne. Det er løberens ansvar at sikre sig, at postenheden afgiver lyd- eller lyssignal som bekræftelse på ”stemping.” Sker dette ikke, skal løberen klippe i kanten af løbskortet med klippetangen på posten.				

	Løbere, der ikke er tilmeldt med egen brik, bliver automatisk tildelt en lejevrik. Lejevrikker udleveres i Stævnekontoret på vej til start og skal afleveres ved aflæsning efter målgang. Mistede lejevrikker erstattes med kr. 400.
Postbeskrivelser	Der er ingen løse postbeskrivelser. Postbeskrivelser er trykt på kortet.
Start	<p>Starten foregår jf. DOF's anbefalinger som put & run i på forhånd reserverede startintervaller, så det er muligt for løberne at ankomme umiddelbart før start og forlade målområdet umiddelbart efter målgang.</p> <p>Startintervaller er på 15 minutter, og alle tilmeldte løbere kan til og med 19. juni 2021 frit reservere intervaller fra kl. 09.30 til kl. 15.00 (med mindre intervaller er fyldt, hvilket i så fald vil fremgå af reservationssiden).</p> <p>Startintervaller kan reserveres her: VALG AF STARTINTERVAL</p> <p>Løberne vil ved start blive fordelt i startbokse i samme sluse, således at det er muligt at holde afstand til øvrige løbere.</p> <p>Før start skal løber og brik afsprittes. Det er op til hver løber at holde den fornødne afstand til andre løbere ved start og ved andre knudepunkter.</p> <p>Startprocedure (se også kort nedenfor):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Efterlad skiftetøj mm i din bil men tag gerne bilnøglen med. • Der er flere CLEAR og CHECK-enheder på din vej til start. Husk at cleare og checke. • Umiddelbart før eller inden for det reserverede startinterval går du gennem startportalen synlig fra P-Pladsen foran Kongelundshallen, • Der er ikke toiletter på vej til start. • Er du kommet for sent, går du også direkte til start. Alle starter med "put & run", så du får din reelle løbstid, også selvom du starter for sent. • Fra startportalen følger du afmærket rute, hvor du på din vej passerer Stævnekontoret. Her får du udleveret eventuel lejevrik, og du har mulighed for at få opbevaret en bilnøgle under opsyn, medens du er i skoven. • Fortsæt herfra til bagageområde uden opsyn, hvor tasker kan placeres på eget ansvar. • Fortsæt herfra ad afmærket rute mod start. • Husk på forhånd dit banenummer (se under "Baner og klasser"). Har du glemt dit banenummer, kan det ses på opslag ved start. • Når du ankommer til venteområdet og er klar til start, afventer du, at fremkalderen råber dit banenummer op. • Når det sker, markerer du ved håndsoprækning, og fremkalderen giver lov til at gå frem i køen. • Følg køen fremad, men hold afstand til løberen foran dig. • For enden af køen deles der op i båse efter banenummer. • Følg skiltningen og stil dig i båsen for din bane. Husk stadig at holde afstand. • Når starteren giver dig lov, tager du dit kort fra kassen ud for din startbås, tjekker hurtigt, at du har fået det rigtige kort, og går straks videre frem til startpunktet, hvor du uden tøven stempler i Startboksen (put & run) og begiver dig ud på banen. <p>SPECIELT for bane 7 og 10:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Følg skiltning til start for disse to baner og meld dig klar her. • Her får du udleveret dit kort og du kan få hjælp i henhold til reglementet. • Du starter, når du får lov og er klar til det (put & run). • Start sker fra samme startsted, men uafhængigt af øvrige baner. <p>Der henstilles generelt til fairness, jf. reglementets punkt 2.7.</p>

Oversigt Start:



<p>Mål</p>	<p>Max-tid er 2 timer.</p> <p>Ved målgang stemples målposten, og alle løbere går til aflæsning (afmærket sluse følges til aflæsning). Også udgåede løbere <u>skal</u> melde sig i mål og aflæse brikken.</p> <p>I mål tilbydes flaskevand i lukkede flasker.</p> <p>Løbskortene inddrages ikke efter målgang. Fairplay forventes.</p> <p>Oversigt Mål:</p> 
<p>Overtrækstøj</p>	<p>Det anbefales generelt at opbevare overtrækstøj i egne biler. Bilnøgler kan opbevares i stævnekontoret, der forefindes på vej til start og også passeres umiddelbart efter brikaflæsning.</p> <p>For cyklende eller andre med behov forefindes bagageområde på vej mod start. Dette område passeres også efter målgang. Bagageområdet er overdækket af en større trækrone og et mindre telt, og er i øvrigt på eget ansvar.</p>
<p>Præmier</p>	<p>Der uddeles ingen præmier.</p>
<p>Resultatformidling</p>	<p>Resultatformidling foregår kun på nettet.</p> <p>Klasse- og løberresultater publiceres løbende på https://liveresultat.orientering.se/</p> <p>Resultater for de samlede divisionsmatcher kan ses på https://runamok.dk/home/eventportal/divisionsmatch-20-06-21.html, når alle løbere er kommet i mål, og resultaterne er verificerede.</p>
<p>O-track</p>	<p>Løbet lægges på www.o-track.dk</p>
<p>Eftertilmelding</p>	<p>Der er ikke mulighed for eftertilmelding til divisionsmatchen.</p>
<p>Mulighed for ændringer i tilmelding til divisionsmatchen</p>	<p>En tilmeldt deltager kan indtil 24 timer før første start i den pågældende divisionsmatch i den samme klasse erstattes af en anden ikke i stævnet tilmeldt deltager, forudsat at den anden deltager opfylder betingelserne for at starte i den pågældende klasse.</p>
<p>Dispensationer</p>	<p>Ændringer til stævnet i forhold til reglementet sker jf. DOF's udmeldte retningslinjer for stævner.</p>
<p>Førstehjælp</p>	<p>Nødtelefonnummer er printet på kortet – 4080 2486</p>

Klager	En skriftlig klage kan indgives digitalt (via mail eller sms) til stævneleder eller indleveres skriftligt på stævnekontoret. Stævneleder sender sin afgørelse via mail eller sms til klager. Fristen for indgivelse af en klage fastsættes til 60 minutter efter udløbet af maxtid for den sidst startende i konkurrencen.
Jury	Juryformand: Peter Sørensen, PI-København Kontakt til juryformanden opnås ved henvendelse til stævneleder. Øvrige jurymedlemmer: Inge Jørgensen, OK Roskilde; Kai Beck-Andersen, Farum OK; Annette Bonde, Ballerup OK.
Stævneledelse	Stævneleder: Daniel Bachmann, AMOK, tlf. 61700176, d.n.bachmann@gmail.com Stævnekontrollant: Peter Sørensen, PI-København Banelæggere: Gert Lillevang Nielsen og Søren Albæk Jensen, AMOK Banekontrollant: Jan Kofoed, PI-København
Korttegnere	Rolf Andersen, Erik Nielsen, Jette Viborg Sørensen, Jan Bartnik og Inge Christiansen, alle AMOK.

Oversigtskort Parkering og Stævnecenter, Start og Mål

