

# DM – NAT 2010

## INSTRUKTION

Løbet er klassificeret som A\*\*\*\*-stævne.  
Danmarksmesterskabet i nat-orientingsløb i hht. DOF's reglement 2009

- Kørevejledning: Spejderhytten "[Lærkereden](#)" afmærkning på hovedvej A15 syd for Grenaa by  
Lejrens adresse er:  
Lærkereden  
Slåenvej 6  
8500 Grenå
- Stævnekontoret åbner fredag kl.15.00
- Bad/omklædning:  
toiletter Der tilbydes bad for deltagere der skal overnatte i eller ved Lærkereden.  
Bad i øvrigt: OK Djurs klubhus, 2,5km fra stævneplads, følg afmærket rute.  
Andre henvises til respektive overnatningssteder.  
Toiletter forefindes i lærkereden, samt ved start
- Overnatning og  
Bestilt mad: Løbere der har bestilt via O-service skal henvende sig på stævnekontoret der  
Åbner fredag kl. 17.00 og lørdag kl. 15.00  
Nærmere info vedr. spisetider m.m. vil oplyses i lærkereden kantine.  
HUSK! Løbere til overnatning på lærkereden skal selv medbringe lagen, sovepose  
eller dyne
- Afstande: P-plads til stævneplads max. 150m  
Stævneplads til start 600m
- Kort/løbsområde: Grenaa Plantage 1:10.000 og 1:15.000, ækvidistance 2,5 m., nytegnet 2010.  
Kortet er offsettrykt og bærer DOF's kort-kvalitetsmærke.  
Der benyttes riv - og vandfast papir –  
I klasserne D65-, D70-, H75-, H80- benyttes alm. Papir og plastlommer  
Klasserne D -20, D 21-, H -18, H -20 og H 21- skal løbe på kortet 1:15.000, mens  
de øvrige klasser skal løbe på kortet 1:10.000 i hh. t. reglementet.
- Særlige bemærkninger: H-14: på strækket 10 til 11 er der snitzlet fra tvungen overgang frem til post 11.  
H55-/ Delstregen dækker utydelig grøft tæt på post 10.  
Alle tvungne overgange skal respekteres..
- Terrænbeskrivelse: Forholdsvis fladt med enkelte indlands klitter i et åbent lyng/hede område. Ud til  
kysten en del sandklitter.  
Blandet løv – og nåleskov med varieret stiforløb.  
I den sydvestlige del forefindes en del moser i et til tider langsom gennemløbelig  
terræn.
- Væske/radiopost: Der er væske på alle baner over 6 km  
Ingen radiopost

Postbeskrivelser: IOF-symboler som er påtrykt løbskort.  
Der udleveres løse postbeskrivelser mod forevisning af forsvarlig fastgørelse.

Poststempling: Emit elektronisk kvitteringssystem.

Baner:

Klasse	Sværhedsgrad	km. / poster	Klasse	Sværhedsgrad	km. / Poster
D -12	Hvid – Let	4,5km/16 p	H -12	Hvid – Let	4,5km/16 p
D -14	Gul – Mellemsvær	4,5km/15 p	H -14	Gul – Mellemsvær	5,5km/17 p
D -16	Sort – Svær	6,0km/17 p	H -16	Sort – Svær	7,2km/20 p
D -20	Sort – Svær	7,8km/22 p	H -18	Sort – Svær	9,2km/23 p
D 21-	Sort – Svær	9,2km/23 p	H -20	Sort – Svær	11,8km/28 p
D 35-	Sort – Svær	7,2km/21 p	H 21-	Sort – Svær	15,3km/33 p
D 40-	Sort – Svær	5,9km/17 p	H 35-	Sort – Svær	11,8km/28 p
D 45-	Sort – Svær	5,6km/16 p	H 40-	Sort – Svær	10,0km/23 p
D 50-	Sort – Svær	5,3km/16 p	H 45-	Sort – Svær	9,6km/24 p
D 55-	Sort – Svær	5,3km/16 p	H 50-	Sort – Svær	8,1km/21 p
D 60-	Sort – Svær	4,9km/16 p	H 55-	Sort – Svær	8,0km/21 p
D 65-	Sort – Svær	3,9km/13 p	H 60-	Sort – Svær	7,2km/21 p
D 70-	Sort – Svær	3,9km/13 p	H 65-	Sort – Svær	5,9km/17 p
			H 70-	Sort – Svær	4,9km/15 p
			H 75-	Sort – Svær	3,9km/13 p
			H 80-	Sort – Svær	3,9km/13 p

Der er seedning i klasserne D -20, D 21-, H -20 og H 21-,  
Seedningen foretages af forbundet.  
Seniorklasserne skal bære bryst nr.

Start: Første start kl. 21.15. Fremkald 4 minutter før løberens start.  
Der er individuel start med et interval på minimum.2 min. I alle klasser.  
Løse postbeskrivelser er tilrådighed.  
Prøvepost ved start.  
Ved målgang afleveres løbskort og nyt kort kan afhentes i stævnekontor  
når sidste løber er startet.

Overtrækstøj: Overtrækstøj vil blive transporteret tilbage til stævneplads efter sidste start.

Speakning: Stævnet bliver speaket

Resultater: Ophænges på stævneplads/ i mål teltet.  
Resultater/stræktider bliver lagt ind på Nordkredsens hjemmeside.

Forplejning: Stor Kiosk/ kantine i Lærkereden med stort udbud af div. mad og drikkevarer

Præmier: DIF's medaljer til vindere i D 21 og H 21.  
DOF's medaljer til øvrige vindere og medaljetagere.  
Forventet overrækkelse kl. 00.30 og vil foregå i stævneteltet.

Klager/protester: Skal afleveres på stævnekontoret..  
Juryen er tilstede på stævnepladsen.

Information: Ann Dorrit Hansen mobil : 51183402  
Lars-Ole Kopp mobil : 24621803

Løbsledelse:	Stævnekontrollant	Kell Sønnichen	OK PAN
	Banekontrollant	John Holm	OK PAN
	Juryformand	Birgitte Halle	Aarhus 1900
	Banelægger	Max Hansen	OK Djurs.
	Stævneleder	Ann Dorrit Hansen	OK Djurs
		Lars-Ole Kopp	NK - Venner

