



# Instruktion til SKAW DYSTEN

8. og 9. juli 2017

1. juli 2017

Klassifikation:	C-løb ****
Løbsområde:	Bunken Plantage
Kort:	Bunken Plantage, målestok 1:7.500, Ækv. 2,5 m. Kortene er printede på riv- og vandfast papir. Nytegnet 2016, med enkelte rettelser i 2017 på baggrund af COWI-materiale. Korttegner: Gediminas Trimaksa fra Litauen. Kortkonsulent: Erik Flarup, Skive AMOK
Stævneplads:	På åben, spredt bevokset område inde i Bunken Plantage. Afmærkning fra vej 40 (Ålbækvej/Råbjergvej) ca. 15 km syd for Skagen. Herfra ca. 500 m. til parkering. Stævnepladsen åbner lørdag kl. 09.30 og søndag kl. 09.00.
Parkering:	Parkering på græsareal. Parker med omtanke og hold tæt.
Stævnekontor:	På stævnepladsen.
Afstande:	Skagen Skole til parkering: Ca. 18 km. Parkering til stævneplads: Ca. 1400 m. Følg blå gul afmærkning. Stævneplads til start: Lørdag ca. 100 m. Søndag ca. 250 m.
Terrænbeskrivelse:	Den beplantede del af løbsområdet består af let til svært gennemløbelig bjergfyrrer med et fint stibillede. Mest interessant er vel nok de enorme let til stærkt kuperede beplantede og åbne klitområder.
Løbsområdet:	Dele af løbsområdet anvendes begge dage. Man kan derfor lørdag passere mærkesedler der vedrører søndag. Disse mærkesedler er markeret med "S". Enkelte steder er der tillige opstillet poststativer, hvor EMIT-enhed og kontrolnummer er tildækket med plastpose og postskærmen ligger på jorden ved stativet. Ignorer begge dele.
Kontroller, at du er på startlisten:	Der er fri start ved Skaw dysten. Det er derfor vigtigt, at du selv har helt styr på: - at du er på startlisten, - at din EMIT brik matcher med det der er anført på startlisten, og ikke mindst, hvilken klasse du skal løbe. Er der ikke styr på det, skal du henvende dig til stævnekontoret for at få det bragt i orden inden du går til start.
Posterne:	Stativ med orange-hvid skærm og EMIT enhed på toppen. Postnummer er angivet med sort skrift på hvid vandret skilt på begge sider af posten.

<p>Back-up lap:</p>	<p>Udleveres ved start.          Back-up lap isættes bag på EMIT brikken.          I tvivlstilfælde anvendes denne back-up lap til kontrol af, om løberen har været ved de korrekte poster og du vil i tilfælde af, at brikken svigter (mangler strøm) kunne få dig en ca. løbetid.          Det er vigtigt, at du trykker brikken helt i bund ved posterne.</p>
<p>EMIT brik:</p>	<p>Tjek at nummeret på din EMIT brik matcher med det der er anført på startlisten.          Lejebrikker udleveres klubvis fra stævnekontoret hvor der er en A4 kuvert med lejebrikker til hver klub.          I posen findes en liste med lejebrik numre og navne på løbere der skal anvende respektive brikker.          Det er meget vigtigt at tage den rigtige brik.          Det er ok at afhente egen lejebrik og stille klubposen tilbage.          Samme brik benyttes alle dage og afleveres efter løberens sidste løb.          En brik er personlig og identificerer løberen når vedkommende kommer i mål.          Man diskvalificeres hvis man løber med en forkert brik, og en brik kan ikke anvendes af flere løbere.          Bortskaffede (ej afleverede) brikker erstattes med 500 kr.</p>

Klasser og baner lørdag den 8. juli 2017:

Klasse	Niveau	Længde	Poster
D10	Grøn - Begynder	2,6	13
D12	Hvid - Let	3,6	15
D12B	Grøn - Begynder	2,6	13
D14	Gul - Mellemsvær	4,5	15
D14B	Hvid - Let	3,6	15
D16	Sort - Svær	4,5	16
D16AK	Sort - Svær	4,2	16
D18	Sort - Svær	5,0	19
D20	Sort - Svær	6,0	18
D20AK	Sort - Svær	4,2	16
D20B	Gul - Mellemsvær	3,6	10
D21	Sort - Svær	7,0	23
D21AK	Sort - Svær	4,2	16
D21B	Gul - Mellemsvær	3,6	10
D21C	Hvid - Let	4,4	16
D35	Sort - Svær	6,0	18
D35B	Gul - Mellemsvær	3,6	10
D40	Sort - Svær	5,0	19
D45	Sort - Svær	4,5	16
D45AK	Sort - Svær	3,0	11
D50	Sort - Svær	4,2	16
D55	Sort - Svær	4,2	16
D55AK	Sort - Svær	3,0	11
D60	Sort - Svær	3,5	14
D65	Sort - Svær	3,5	14
D70	Blå - Svær	2,5	9
D75	Blå - Svær	2,5	9
D80	Blå - Svær	2,5	9
Turist1	Gul - Mellemsvær	4,5	15
Turist2	Hvid - Let	3,6	15
Turist3	Grøn - Begynder	2,6	13

Klasse	Niveau	Længde	Poster
H10	Grøn - Begynder	2,6	13
H12	Hvid - Let	3,6	15
H12B	Grøn - Begynder	2,6	13
H14	Gul - Mellemsvær	4,5	15
H14B	Hvid - Let	4,4	16
H16	Sort - Svær	7,0	23
H16AK	Sort - Svær	5,0	19
H18	Sort - Svær	7,0	23
H20	Sort - Svær	8,0	23
H20AM	Sort - Svær	5,0	19
H20B	Gul - Mellemsvær	4,5	15
H21	Sort - Svær	9,0	28
H21AM	Sort - Svær	7,0	23
H21AK	Sort - Svær	5,0	19
H21B	Gul - Mellemsvær	4,5	15
H21C	Hvid - Let	4,4	16
H35	Sort - Svær	8,0	23
H35B	Gul - Mellemsvær	4,5	15
H40	Sort - Svær	7,0	23
H45	Sort - Svær	7,0	23
H45AK	Sort - Svær	4,5	16
H50	Sort - Svær	6,0	18
H55	Sort - Svær	5,1	18
H55AK	Sort - Svær	3,5	14
H60	Sort - Svær	5,1	18
H65	Sort - Svær	4,0	16
H70	Blå - Svær	2,9	12
H75	Blå - Svær	2,9	12
H80	Blå - Svær	2,5	9
H85	Blå - Svær	2,5	9

## Klasser og baner søndag den 9. juli 2017:

Klasse	Niveau	Længde	Poster	Klasse	Niveau	Længde	Poster
D10	Grøn - Begynder	2,5	14	H10	Grøn - Begynder	2,5	14
D12	Hvid - Let	3,4	16	H12	Hvid - Let	3,4	16
D12B	Grøn - Begynder	2,5	14	H12B	Grøn - Begynder	2,5	14
D14	Gul - Mellemsvær	4,3	16	H14	Gul - Mellemsvær	4,3	16
D14B	Hvid - Let	3,4	16	H14B	Hvid - Let	4,4	19
D16	Sort - Svær	4,5	19	H16	Sort - Svær	6,8	26
D16AK	Sort - Svær	4,0	14	H16AK	Sort - Svær	5,1	20
D18	Sort - Svær	5,1	20	H18	Sort - Svær	6,8	26
D20	Sort - Svær	6,1	20	H20	Sort - Svær	8,3	26
D20AK	Sort - Svær	4,0	14	H20AM	Sort - Svær	5,1	20
D20B	Gul - Mellemsvær	3,6	10	H20B	Gul - Mellemsvær	4,3	16
D21	Sort - Svær	6,8	26	H21	Sort - Svær	9,2	31
D21AK	Sort - Svær	4,0	14	H21AM	Sort - Svær	6,8	26
D21B	Gul - Mellemsvær	3,6	10	H21AK	Sort - Svær	5,1	20
D21C	Hvid - Let	4,4	19	H21B	Gul - Mellemsvær	4,3	16
D35	Sort - Svær	6,1	20	H21C	Hvid - Let	4,4	19
D35B	Gul - Mellemsvær	3,6	10	H35	Sort - Svær	8,3	26
D40	Sort - Svær	5,1	20	H35B	Gul - Mellemsvær	4,3	16
D45	Sort - Svær	4,5	19	H40	Sort - Svær	6,8	26
D45AK	Sort - Svær	3,1	13	H45	Sort - Svær	6,8	26
D50	Sort - Svær	4,0	14	H45AK	Sort - Svær	4,5	19
D55	Sort - Svær	4,0	14	H50	Sort - Svær	6,1	20
D55AK	Sort - Svær	3,1	13	H55	Sort - Svær	5,1	21
D60	Sort - Svær	3,5	14	H55AK	Sort - Svær	3,5	14
D65	Sort - Svær	3,5	14	H60	Sort - Svær	5,1	21
D70	Blå - Svær	2,5	10	H65	Sort - Svær	4,1	15
D75	Blå - Svær	2,5	10	H70	Blå - Svær	3,0	13
D80	Blå - Svær	2,5	10	H75	Blå - Svær	3,0	13
Turist1	Gul - Mellemsvær	4,3	16	H80	Blå - Svær	2,5	10
Turist2	Hvid - Let	3,4	16	H85	Blå - Svær	2,5	10
Turist3	Grøn - Begynder	2,5	14				

### Åbne Baner:

De åbne baner er de samme som de ordinære baner og sælges fra stævnekontoret på stævnepladsen.

Lørdag den 8. juli kl. 10.30 - 12.30.

Søndag den 9. juli kl. 10.00 - 12.00.

Når fortrykte kort for de enkelte klasser er opbrugt, henvises der til øvrige relevante klasser.

Priser pr. dag:

- H/D -20: 120 kr. H/D 21-: 145 kr.

- Dertil evt. leje af EMIT brik på 20 kr. pr. dag.

### Start:

Der er fri start for alle klasser:

- Lørdag den 8. juli kl. 10.30 - 12.30.

- Søndag den 9. juli kl. 10.00 - 12.00.

Der tilstræbes minimum et minuts startinterval.

### Startvejledning:

- Følg rød/blå/hvid afmærkning til start.
- Lørdag er der ca. 100 m. og søndag ca. 250 m. til start.
- Ved indgangen til startområdet aflæses din Emit brik af startpersonalet og der udleveres en back up lap til din Emit brik.
- I startområdet før startboksene findes der løse postdefinitioner. (Holder kræves). Postdefinitionerne er også på løbskortet.
- I startområdet, er der etableret startbokse, sluser med klassebenævnelser.
- Gå ind i den sluse der angiver (viser) din klassebenævnelse.
- For enden af slusen får du udleveret dit kort.

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lette- og begynderbaner får udleveret deres kort ca. to min. før start og de må modtage starthjælp og skygning er tilladt.</li> <li>• Kontrollere om det er din klasse (bane). Du må ikke læse baneforløbet.</li> <li>• Startpersonalet vinker dig frem og du må gå frem til en startenhed (Post 0).</li> <li>• Startpersonalet skriver en starttid på dit backup lap</li> <li>• Der er opsat start ur med bip hvert hele minut.</li> <li>• Brikken skal nulstilles i starten. Det gøres ved at lægge den i startenheden fem sekunder før start. Når det lange bip lyder løftes brikken, og tiden er startet.</li> <li>• Startpunkt er markeret med en postskærm, der ikke skal klippes.</li> </ul>
Lette og begynderbaner (skygning og starthjælp):	Det er klubbens eget ansvar, at vejlede løbere på lette og begynderbaner. Skygning er tilladt. Der kan ikke forventes hjælp af startpersonalet.
Væske:	I mål forefindes vand og saft. På alle baner over 4,5 km vil der være væskepost med vand. Væskeposterne er markeret på postdefinitionen.
Max tid:	2½ time.
Mål:	Efter målpassage aflæser målpersonellet brikken, og print af stræktider udleveres. Løbskortet kan beholdes. Det er ikke tilladt at vise kortet til løbere, der ikke er startet. Lejede løbsbrikker afleveres ved mål. Har man lejet til flere dage beholdes brikken og afleveres sidste løbsdag.
Resultatformidling:	På stævnepladsen, i stævnecentret (Skagen Skole) samt på stævnets hjemmeside.
Præmier:	Præmierne udleveres fra information- og stævnekontoret I ungdomsklasserne til og med D/H18 år vil der - afhængig af antal tilmeldte i klasserne - være præmie til de 3 bedst placerede alle dage. Blandt alle over D/H 18 år er der ingen vinderpræmier, men masser af lodtrækningspræmier. Vindere fremgår af oversigt på resultattavlen og ved information- og stævnekontoret. Vinderne afhenter selv sin præmie. Præmier der ikke er blevet afhentet på løbsdagen, vil ikke blive efterudleveret.
Børnebaner:	Gratis børnebaner (ingen tilmelding). Start lørdag den 8. juli mellem kl. 10.30 og 13.30 Start søndag den 9. juli mellem kl. 10.00 og 13.00 Præmie til alle der gennemfører.
Toilet, bad og omklædning:	Der vil være kemiske toiletter på stævnepladsen. Bad og omklædning på Skagen Skole.
Dommer:	Træffes på stævnepladsen (via stævnekontoret).

Kiosk:	<p>Der forefindes velassorteret kiosk med et godt "Skaw-sortiment" på stævnepladsen.</p> <p>Den velassorterede kiosk på Skagen Skole vil lørdag og søndag være lukket i perioden, hvor de fleste løbere er i skoven.</p>
<b>Stævneorganisation:</b> Stævneleder: Banelægger lørdag: Banekontrol lørdag: Banelægger søndag: Banekontrol søndag: Stævnekontrollant: Dommer:	Gert Johannesen, Skive AMOK Ole F. Thomsen, Vendelboerne OK Ellen Thomsen, Vendelboerne OK Jørgen Jensen, Skagen OK & Motion Niels Filtenborg Mortensen, Skive AMOK Lars-Ole Kopp, Karup OK Asger Kristensen, Herning OK
Information:	Gert Johannesen, tlf. 3266 5966 skawdyst@gmail.com www.skawdysten.dk www.facebook.com/skawdysten