

Fyns 5-daw's 2017

Instruktion 4. etape i Glamsbjerg

Mødested: Langbygårdsvej 6, 5620 Glamsbjerg. Parkering enten ved Vestfyns Gymnasium eller Glamsdalens Idrætsefterskole.

1. Vi skal teste beregningsmodulet forud for DM-stafet som afholdes af de Fynske klubber. 4. etape i Glamsbjerg løbes derfor som sprintstafet med 2-mandshold. Ved tilmeldingen kan man, hvis man ønsker det, oplyse hvem man vil løbe sammen med og om man ønsker 1. eller 2. start Oplyses intet bliver man sat sammen med en tilfældig anden løber. Stafetmomentet er alene for at teste beregningen og alle vil få individuelle tider som tæller med i det samlede resultat.
2. For forhåndstilmeldte løbes der stafet på banerne Elite, A-Lang, A-Kort, Veteran og B, mens C og Begynder løber med fri start som ved øvrige etaper.
3. Der vil være opsat holdlister til stafetten på stævnepladsen. Tjek dit holdnummer. Det skal passe med dit kort.
4. Der vil som ved en normal stafet være samlet start på banerne:
Elite starter kl. 17.45
A-Lang starter kl. 17.50
B Starter kl. 17.55
A-Kort starter kl. 18.00
Veteran starter kl. 18.05

På resten af banerne står start kl. 16:00 – det betyder at der er fri start 17:30 – 18:45
5. Kort til stafettens 1. løber vil ligge klar ved start, mens kort til stafettens 2. løber udleveres på stævnepladsen. Der henstilles til ikke at kigge på kortet før i går i skoven!
6. 1. løber skal ikke starte brikken, da der løbes på fastsat starttidspunkt. Men man skal selvfølgelig tømme og tjekke brikken inden start! Når man kommer i mål skal brikken stemples i målposten før man giver stafetten videre til makkeren. Herefter aflæses brikken i målvognen.
7. Forhåndstilmeldte løbere på banerne C og Begynder kan starte mellem 17.30 – 18.45. Der vil være en separat startsluse og kort.
8. Tilmeldte løber på dagen deltager ikke i sprintstafetten og kan starte mellem 17.30 – 18.45. Den separate startsluse anvendes. Kort ligger ved start.

Fyns 5-daw's 2017

Instruktion 4. etape i Glamsbjerg

9. Ikke tilmeldte løbere udfylder inden start en tilmeldingsblanket ved stævnevognen. Betaling af startgebyr 35,00 + evt. lejevogn 10,00. Aftalte penge. Tak!
(MobilPay/Swipp 21 27 88 73) Gå til start. Kort vil være der. Medbring slip til startpersonale.
10. Man kan evt. tilmelde sig sidste etape for kun 25,00 + evt. lejevogn. Husk man kun kan deltage i jagtstart hvis man er forhåndstilmeldt til 5 etape.

11. Baner:

Elite	3,8 km.	Svær
A-lang	3,3 km.	Svær
A-kort	2,2 km	Svær
Veteran	1,8 km.	Svær (Kun for damer 55+ og herrer 65+)
B	2,3 km.	Mellemsvær
C	1,7 km.	Let – Motionister – Stavgang
Begynder	1,0 km.	Begynder

12. Banelæggers tilføjelse:

Bemærk, at kortet er nytegnet i 2016 efter sprintnorm og i målforhold 1:4000. Løbet er et byløb, så almindelige løbesko vil være glimrende.

GIV AGT på trafikken - både biler, cykler og fodgængere. Banerne vil krydse trafikerede veje, så pas på jer selv.

Selve startområdet vil være umiddelbart 40m NV for startposten. Der vil være markering fra startområde til startposten. Startposten skal ikke klippes.