



Mariager Fjord OK byder velkommen til NJ - Nat 3. afdeling i Søttrup-Jenle

## Instruktion

<b>Løb:</b>	NJ- Nat 3. afdeling
<b>Dato</b>	Onsdag den 29. september med første start 20.00
<b>Afmærkning:</b>	På rute 29 ved rundkørsel N. for Aars
<b>Stævneplads:</b>	Ved shelterplads i skoven
<b>Parkering:</b>	Kantparkering på skovvej
<b>Kort:</b>	Søttrup-Jenle 1: 7.500, Nytegnet 2021, 2,5 m. ækvidistance
<b>Terrænbeskrivelse:</b>	Skov med blandet bevoksning. Let kuperet. Overvejende god gennemløbelighed. Veludviklet stinet
<b>Afstande</b>	Fra P. til stævneplads: max. 500 m. Fra stævneplads til start: 250 m. Afmærkning til start med rød/hvid O-skærm med refleks
<b>Start</b>	Første start kl. 20.00 Fremkald 4 min. før starttid Ved fremkald udleveres evt. lejevrik. Løse postdefinitioner udleveres, hvis du har en holder dertil Alle lette baner får kortet udleveret 2 min. før tid Fremløb til start: 40 m.
<b>Mål</b>	Der er mål ved stævneplads, brikaflæsning foregår på stævneplads.
<b>Max. tid</b>	2,5 timer
<b>Toiletter</b>	Primitive toiletter ved stævneplads

Klasser og baner:	Bane	Sværhedsgrad	Længde i m	Klasser	Antal poster
	1	Svær	7020 m	H 21	26
	2	Svær	5900	H 17 – 20, H 40	26
	3	Svær	5000 m	D 21, H 50	20
	4	Svær	4080 m	D 17 -20, D 40, D 50, H 60, Fri 1,	15
	5	Svær	3040 m	D 60, H 70,	12
	6	Svær Blå	2360 m	D 70, H80,	11
	7	Mellemsvær	4010 m	D 15 - 16, H 15 – 16, Fri 2	14
	8	Let	2920 m	D - 14, H – 14, Fri 3	16
<b>Kontrolsystem:</b>	Sport ident, lejebrik udleveres ved start (husk at cleare brikken inden start 😊) Alle deltagere i stævnet kan beholde deres løbskort efter passage af mål.				
<b>Bad:</b>	Ingen mulighed for bad.				
<b>Resultatformidling:</b>	Efter løbet findes resultaterne på løbets hjemmeside.				
<b>Stævneorganisation:</b>	Stævneleder: Niels Jørgen Iversen, Mariager Fjord OK Banelægger: Pia og Frode Mogensén, Mariager Fjord OK Stævnekontrollant: Keld Østergaard, Mariager Fjord OK Banekontrollant: Lars Bjørn, St Binderup OK Dommer: Keld Østergaard, Mariager Fjord OK				

