

INSTRUKTION, PræO Træning

Lørdag og søndag, den 7. og 8. november 2020

Det er et åbent træningsløb, hvor man kan starte i tidsrummet lør. kl. 11 – søn. kl. 14 (posterne indsamles søn. kl. 16).

I tidsrummet lør. kl. 11-14 vil arrangøren være på stedet, men perioden er kun for deltagerne som er tilmeldt på forhånd. **Tilmelding til Clive, j.clive.allen@gmail.com, senest tors. 5/11 kl. 20.** Information om starttider sendes til deltagerne senest fre. 6/11. Der vil være en bemandet frivillig tidskontrol (ikke inkluderet i resultaterne) tæt ved P-pladsen.

Deltagere som starter efter lørdag kl. 14: kort med baner kan enten downloades fra SOKs hjemmeside efter kl. 13 om lørdagen, hvor de står sammen med uge 45s fod-O baner, eller kan hentes fra en kasse uden for SOKs klubhus efter kl. 15 om lørdagen. Intet kontrolkort: deltagere skriver svar på kortet og kan maile deres svar til arrangøren (Clive Allen, j.clive.allen@gmail.com). Korrekte svar kan ses i en plastikpose ved siden af post E20/A15, skærm A.

Resultatlister og svar plus kommentarer/forklaringer om posterne kommer på hjemmesiden www.trail-o.dk mandag den 9. november.

Lørdag kl. 11-14: Covid-19 reglerne

Sprit er til rådighed tæt ved arrangørens bil (sort Peugeot 208, BK 61 055) og skal bruges ved ankomst og før besøg ved tidskontrol.

Start: Kort og kontrolkort hentes fra kasser tæt på arrangørens bil. Hvis muligt medbring egen stiftklemme, men en stiftklemme kan lånes på stedet. Startstedet er ved P-pladsen.

På banen anbefales det, at man tager posterne i den korrekte rækkefølge for at undgå samling i grupper. Det er obligatorisk at holde afstand fra hinanden. Hvis der er en anden deltager tæt ved et sigtepunkt, skal man vente indtil han/hun går videre. Selvfølgelig kan man fortsætte med at gå frem og tilbage for at se en opgave fra forskellige vinkler. Der bliver ingen tidtagning.

Mål er på P-pladsen. Den enkelte deltager læser sine svar højt for arrangøren. Man beholder selv hele kontrolkortet.

Tidskontrol: Tidskontrollen bliver bemandet. Arrangøren giver instruktion og noterer derefter svar og tid.

Efter mål og besøg til tidskontrol skal deltagerne være opmærksomme på at overholde forsamlingsforbuddet.

Generelt

Parkering: Sønderskovvejen, Ø for Virklund og V for Glarbo. Offentlig P-plads på S-siden af vejen, lidt Ø for Rødkær Hus og ca. 2 km Ø for Virklund centrum.

Baner: **Elite** – 20 poster, 1,9 km, maks. tid 117 min.

A-bane – 15 poster, 1,9 km, maks. tid 102 min.

Kort: 1:5.000, 5 m kurver, delvis revideret 2020.

Tidskontrol: Ca. 130 m fra P-pladsen. Kan tages enten før eller efter banen.

På banen: Alle stier, plus skovveje markeret på kortet med en lilla streg, må ikke bruges. Alle andre skovveje kan bruges. Du må ikke gå ind i terrænet!

Banerne går på gode skovveje med kun lidt stigning.

Terræn: Blanding af områder med nåletræer og løvtræer af forskellige størrelser og buske, plus et åbent område. Moderat kupering.

Desværre kan vi ikke tilbyde kaffe/te og kage denne gang!

Vel mødt!