DSR´s O-sektion inviterer til SM-lang (Det 76. Stifinderløb)

Indbydelse

Søndag den 03. april 2022 i Teglstrup Hegn
(Stævneklassifikation: Lang klassisk ❁❁❁)

SM-lang med individuelle mesterskabsklasser og med 7 stk. åbne baner.

Hjemmeside: http://www.brclausen.dk/dsr/2022stif.htm

Klassifikation:	Stævnets faciliteter og service berettiger til tre stjerner (❁❁❁).
Løbsområde:	Teglstrup Hegn Syd
Parkering:	På P-plads omkring den Løvdal Idrætscenter(P1) samt langs Løvdalsvej (P2)i Helsingør.
Stævneplads:	På græsareal umiddelbart vest for parkeringspladsen ved Løvdal Idrætscenter l.
Kortet:	Kortet er revideret i 2021. Korttegner: Jakob Vang. Kortkonsulent: Rolf Andersen. Ækvidistancen er 2,5 m. Kortet er printet på vandfast papir.
Terrænbeskrivelse:	Skoven er blandingsskov med mange stier. Den er middel kuperet. Der er for det meste god gennemløbelighed.
Afstande:	P-plads (P1) ligger umiddelbart op ad Stævnepladsen, P-plads (P2) -> Stævneplads: min. 150 meter (Max. ca. 400 m), Start ligger ca. 300 m vest for stævnepladsen.
Børneaktivering:	Tilbydes ikke.
Bad og omklædning:	Bade- og omklædningsfaciliteter forefindes **ikke**. Der er adgang til toilet i Idrætscentret ved parkeringspladsen.
Kiosk:	Kiosk forefindes på Stævnepladsen.

Klasser (A):
(Forhåndstilmelding påkrævet)

Forhåndstilmelding er krævet til nedenstående mesterskabsklasser:
Der vil være almindelig lodtrækning og offentliggørelse af startliste i klasserne.
Begynder, AK- og B-klasser er efter dispensation henvist Åbne baner.

Klasse	Længde (km)	Målestok	Klasse	Længde (km)	Målestok	Svær-heds-grad
D10	2,5 - 3,5	1:10.000	H10	2,5 - 3,5	1:10.000	Grøn
D12	3,5 - 4,5	1:10.000	H12	3,5 - 4,5	1:10.000	Hvid
D14	4,5 - 5,5	1:10.000	H14	5,0 - 6,0	1:10.000	Gul
D16	5,5 - 6,5	1:10.000	H16	7,0 - 8,0	1:10.000	Sort
D18	5,5 - 6,5	1:10.000	H18	9,0 - 10,0	1:10.000	Sort
D20	7,0 - 8,0	1:10.000	H20	10,0 - 12,0	1:10.000	Sort
D21	10,0 - 11,0	1:10.000	H21	12,0 - 14,0	1:10.000	Sort
D35	6,5 - 7,5	1:10.000	H35	10,0 - 12,0	1:10.000	Sort
D40	5,5 - 6,5	1:10.000	H40	10,0 - 11,0	1:10.000	Sort
D45	5,5 - 6,5	1:7.500	H45	9,0 - 10,0	1:10.000	Sort
D50	4,0 - 5,0	1:7.500	H50	7,0 - 8,0	1:10.000	Sort
D55	4,0 - 5,0	1:7.500	H55	7,0 - 8,0	1:10.000	Sort
D60	3,5 - 4,0	1:7.500	H60	5,5 - 6,5	1:7.500	Sort
D65	3,5 - 4,0	1:7.500	H65	5,0 - 5,5	1:7.500	Sort
D70	2,5 - 3,5	1:7.500	H70	4,0 - 5,0	1:7.500	Sort
D75	2,5 - 3,5	1:7.500	H75	3,5 - 4,0	1:7.500	Blå
D80	2,5 - 3,5	1:7.500	H80	2,5 - 3,5	1:7.500	Blå
D85	2,5 - 3,5	1:7.500	H85	2,5 - 3,5	1:7.500	Blå
D/H90	2,5 - 3,5	1:7.500			1:7.500	Blå

Sværhedsgrader: Begynder, Let, Mellemsvær, Svær (Fysisk let), Svær

Åbne baner:
(Forhåndstilmelding mulig)

På nedenstående baner er forhåndstilmelding mulig.
Der vil være fri start ("Put&Run") på banerne. Fordelen ved at forhåndstilmelde er, at der er sikkerhed for at komme til at løbe den ønskede bane.

Bane	Sværhedsgrad, Banelængde	Målestok
Åben 1	Svær, 8,0 - 9,0 km	1:10.000
Åben 2	Svær, 6,0 - 7,0 km	1:10.000
Åben 3	Svær, 5,0 - 6,0 km	1:7.500
Åben 4	Svær, 3,0 - 4,0 km	1:7.500
Åben 5	Mellemsvær, 4,5 - 5,5 km	1:10.000
Åben 6	Let, 3,5 - 4,5 km	1:10.000
Åben 7	Begynder, 2,5 - 3,5 km	1:10.000

Startafgifter:	Til og med 20 år: 55 kr. / 21 år og ældre: 95 kr.	
Tilmelding på dagen:	Det er muligt at tilmelde sig på Åbne Baner 1-7. Der vil være et passende antal fortrykte kort. De sælges på Stævnepladsen i tidsrummet 10.00 - 11.30. Start skal ske inden kl. 12.00. Der startes efter "Put&Run" princippet. Startafgift ved tilmelding **på** dagen er: Til og med 20 år: 60 kr./ 21 år og ældre: 100 kr. Leje af brik: 15 kr.	
Efteranmeldelse:	Tilbydes **ikke**. Der henvises til tilmelding på dagen til Åbne Baner.	
Kontrolsystem:	SportIdent. Briknummer skal opgives ved tilmeldingen. Leje af brik koster 15 kr. Ikke afleveret lejebrik afregnes til dagspris.	
Start:	Første start kl. 10.30. Individuel start. For Klasser (A) er der fremkald 4 min. før start. Starttider for tilmeldte løbere i Klasser (A), liste over tilmeldte løbere på tilmeldingsbanerne og Instruktion kan ses på Løbets hjemmeside: http://www.brclausen.dk/dsr/2022stif.htm fra fredag den 01. april 2022. På Åben 1-7 er der "Put&Run" med tidligste start klokken 10:30 og seneste start kl. 12.00.	
Børnebane:	Udbydes ikke.	
Væske:	I mål samt på baner over 6 km.	
Overtrækstøj:	Der tilbydes **ikke** transport af overtrækstøj.	
Resultatformidling:	På Stævnepladsen samt på løbets hjemmeside: http://www.brclausen.dk/dsr/2022stif.htm samt i O-result og WinSplits.	
Præmier:	Der er SM-medaljer til de tre første løbere i mesterskabsklasserne indtil D/H21. Endvidere er er der SM-medaljer til vinderne af de øvrige mesterskabsklasser. SM-medaljer kan kun vindes af klubber i Østkredsen.	
Startafgift:	Startafgiften indbetales til Danske Bank Reg.nr. 1551 Konto 7 06 83 44, DSR's O-Sektion, v. Lena Hamborg, Vestermarksvej 45A, 2300 København S. Tekst til modtager venligst: ”03. april” og ”Klubbens navn”. Startafgiften skal være os i hænde senest fredag den 01. april 2022.	
Tilmelding:	For klubber i DOF sker tilmelding via O-service. Sidste frist for tilmelding er mandag den 28. marts 2022. For klubber uden adgang til O-service kan der tilmeldes direkte til Ronald Clausen, Engelsborgvej 44, 2800 Kgs. Lyngby eller på E-mail til dsr@brclausen.dk Direkte tilmelding skal være fremme senest mandag den 28. marts 2022 kl. 24.00. Løbere på Åbne Baner kan forhåndstilmelde sig og dermed sikre sig et fortrykt kort på ønsket bane.	
Stævneorganisation:	Stævneleder:	Ole Hørup, DSR´s O-sektion Høveltsbjergvej 12, 3450 Allerød, tlf. 27 95 35 15, Email: hoeveltsbjerg@mail.tele.dk
	Banelægger:	Ronald Clausen, DSR´s O-sektion
	Stævnekontrollant:	Svend Erik Jensen, OK Skærmen
	Banekontrollant:	Helge Tillingsøe, DSR´s O-sektion
	Dommer (formand for jury):	Birthe Sondrup, OK73
	3 jurymedlemmer	Udpeges når tilmelding foreligger