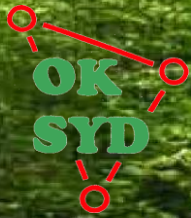




Instruktion

Til den 48. Grænsedyst i Frøslev Plantage. Kr. Himmelfartsdag den 18. maj 2023.

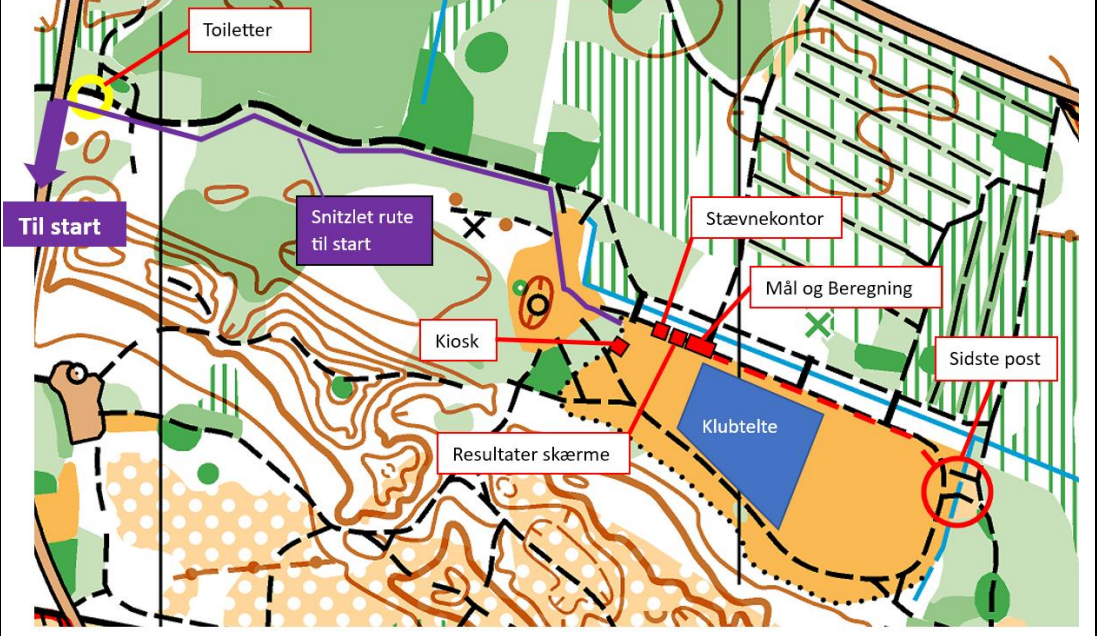
Klassifikation	<p>C-løb</p> <p>Grænsedysten er en venskabsmatch (landskamp) mellem orienteringsklubber i syd Danmark og nord Tyskland (Schleswig-Holstein + metropolregion Hamburg).</p> <p>Alle klubber fra Sydkredsen kan deltage i matchen. Løbet er samtidig et åbent C-løb.</p>
Dato	18. maj 2023
Arrangør	OK Syd
Parkering og mødested	<p>Kant parkering på Ryttergabsvej. P-vagternes anvisninger skal følges.</p> <p>Afmærkning til parkering fra krydset Frydendalsvej/Tøndervej. GPS koordinater: 54.865326, 9.332529.</p> <p>Benyt afkørsel 75 på E45, og kør ad rute 401 Tøndervej mod Tinglev (Fårhus).</p>
Løbsområde	Frøslev Nord
Terrænbeskrivelse	<p>Variert plantage med indlandsklitter og vegetation vekslende mellem tæt gran, halvåbne og åbne områder samt helt frit gennemløbelig skov. Der er et veludviklet sti- og vejnet.</p> <p>Der foretages udtynding i plantagen. Derfor kan der være nye rydninger/spor, som ikke er på kortet, især i de tættere områder</p> <p>Skoven øst for Ryttergabsvej er udlagt som hundeskov.</p>
Kort	<p>Frøslev Nord. Nytegnet 2022.</p> <p>1:7.500 og 1.10.000 jf. reglementet.</p> <p>2,5m ækvidistance</p> <p>Kortet er trykt på vand- og rivefast papir.</p>
Stævnets hjemmeside	<p>https://oksyd.dk/arrangementer/2023/graensedysten.html</p> <p>Her findes indbydelse, startlister, instruktion, resultatlister og billeder.</p>

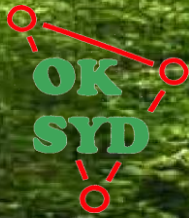


OK Syd

Orienteringsløb i Grænseegnen



Stævneplads	<p>Åben mark nord for Frøslev Lejren.</p> 
Afstande	<p>Parkering til Stævneplads 300-800 m Stævneplads til Start ca. 450 m. Mål på stævneplads.</p>
Stævnekontor	<p>Stævnekontoret er Åbent fra klokken 9:00. Her kan købes åbne baner og foretages brikændringer samt lejes brikker.</p>
Førstehjælp og beredskab	<p>I Stævnekontoret forefindes hjertestarter og førstehjælps kasse. Lægevagt tlf. 7011-0707 Skadestue: Sygehus Sønderjylland, Kresten Philipsens Vej 15, 6200 Aabenraa. Ved ulykker eller uheld, hvor der er brug for ambulance eller akut lægehjælp ringes 112 – og derefter kontaktes det stående beredskab ved stævnet via enten:</p> <ul style="list-style-type: none">• Stævnekontor: Jørn H. Klausen, tlf. 5152-4795. eller• Stævneledelse: Michael Termansen, tlf. 5151-2817

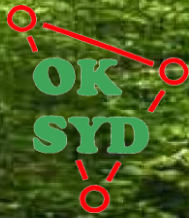


OK Syd

Orienteringsløb i Grænseegnen



Klasser og Baner	<p>Bane 1: 7,5 km svær H17-20, H21, H35-44, Åben 1 Bane 2: 6,3 km svær D17-20, D21, D35-44, H45-54, H55-H64 Åben 2 Bane 3: 4,7 km svær D45-54, D55-64. H65-74, Åben 3 Bane 4: 3,4 km svær D65-74, D75-, H75-84, H85-, Åben 4 Bane 5: 4,2 km mlm.svær D13-16, H13-16, Åben 5 Bane 6: 2,9 km let D12, H12, Åben 6 Bane 7: 2,5 km begynder D10, H10, Åben 7</p> <p>Bane 3 og 4 løber på kort i 1:7500. Øvrige løber på kort i 1:10000.</p>
Åbne baner	<p>Der er fri tilmelding uden for konkurrencen på alle baner (Åben 1-7), hvis man ønsker at løbe en anden bane, end den man skulle løbe efter klasseinddeling. På løbsdagen tilbydes banerne 1-7 Åben i det omfang der er kort. Pris:</p> <p>D/H-20: 75 kr. D/H21-: 110 kr.</p>
Landskamp pointsystem	<p>I Grænsedysten benyttes dette pointsystem: D/H 21-34: 6-5-4-3-2-1 point, dog kun point til de første 3 løbere fra hvert land. Øvrige klasser: 4-3-2-1 point, dog kun til de første 2 løbere fra hvert land. Åbne baner: Ingen point</p>
Præmier	<p>Til vinderne i klasserne op til og med H/D16. Der er ingen præmier for løbere på åbne baner.</p>
Kontrolsystem	<p>Der anvendes SI. Egen brik kan anvendes, når briknummeret er angivet ved tilmeldingen. Brikker kan lejes i Stævnekontoret på dagen mod et gebyr på kr. 15 Lejebrik udleveres ved start. Alle brikker aflæses i mål og lejebrikker inddrages. Ikke afleverede lejebrikker afregnes med 450 kr.</p>



OK Syd

Orienteringsløb i Grænseegnen



Start	<p>Der er fri start for alle mellem kl. 10-12.00.</p> <p>Der er fire startbokse:</p> <p>Startboks 1: Løbere bliver tjekket af på startlisten med navn og briknummer (lejebrikker udleveres).</p> <p>Startboks 2: Clear og check af brik. Man kan tage en løs postdefinition, hvis man har en holder til den. Det er ikke tilladt at bruge løse postdefinitioner uden definitionsholderholder.</p> <p>Startboks 3: Deltagere på bane 6 og 7 får kortet udleveret 2 minutter før starttidspunktet, må se kortet og kan få starthjælp.</p> <p>Startboks 4: Afvent start. I startøjeblikket tages kortet og brikken sættes i startenheden. Husk at tjekke, at du får en kvittering (lyd/lys) fra startenheden. Det er løberens eget ansvar, at man tager det rigtige kort og sætter brikken i startenheden.</p> <p>Startposten er placeret umiddelbart efter sidste startboks. Startposten skal ikke stemples.</p> <p>Der transporteres ikke overtøj fra start til stævneplads. Efterladte genstande er på løberens eget ansvar.</p>
Max. tid	2½ time. Løbere, der udgår skal melde sig i mål.
Resultatformidling	<p>Under løbet vil der være live resultater på opstillede skærme på pladsen og så vidt praktisk muligt også online på: https://liveresultat.orientering.se/followfull.php?comp=26184&lang=en</p> <p>Resultater findes på stævnets hjemmeside snarest efter løbet.</p>
O-track	Banerne kommer på O-track www.o-track.dk kl 12:00.
Toilet	Der vil være toiletter på vejen til stævnepladsen og de passeres også på vejen til start.
Kiosk	<p>Kiosk på stævnepladsen med rimelige priser.</p> <p>Da det er Grænsedyst, er der traditionen tro et stykke kage og en kop kaffe/te (juice/kakao til børn), til alle efter løbet – som præmie for indsatsen.</p> <p>Husk at medbringe egen kop!</p>
Væske	Der vil ikke være væske i skoven, men vand og saftvand vil være tilgængelig på Stævnepladsen. Husk at medbringe eget krus eller flaske.
Ordensregler	Ifølge DOF's reglement er tobaksrygning ikke tilladt på stævnepladsen eller i skoven.
Miljø	Af hensyn til miljøet opfordres alle til at medbringe egen kop, krus eller flaske til brug på stævnepladsen.



Børnebaner	Tilbydes ikke.
Børnepasning	Tilbydes ikke.
Stævneleder	Michael Termansen, OK Syd. Tlf. 5151-2817. Email: m.b.termansen@gmail.com
Stævneorganisation	Banelægger: Peter Nicolaisen, OK Syd Stævnekontrollant: John Bargmeyer, OK Syd Banekontrollant: Bent Pedersen, OK Syd Dommer: John Bargmeyer, OK Syd

På gensyn i skoven! **OK SYD**