



Instruktion

**Til den 50. Grænsedyst i Als Sønderskov.
Kr. Himmelfartsdag den 29. maj 2025.**

Klassifikation	C-løb Grænsedysten er en venskabsmatch (landskamp) mellem orienteringsklubber i syd Danmark og nord Tyskland (Schleswig-Holstein + metropolregion Hamburg). Alle klubber fra Sydkredsen kan deltage i matchen. Løbet er samtidig et åbent C-løb.
Dato	29. maj 2025
Arrangør	OK Syd
Løbsområde	Als Sønderskov
Terrænbeskrivelse	Byskov med en del stier og MTB-spor. Skoven er forholdsvis flad og åben med en del grøfter og vandløb. I skoven findes en del tæt brombærkrat. Skovens østlige og sydlige del er lettere kuperet. Bemærk Der foregår for tiden meget intensiv skovning i Als Sønderskov. Nye markante rydninger fremgår af kortet på stævnepladsen og i starten.
Kort	Als Sønderskov. Kortet er nytegnet i 2024 og med rettelser op til løbsstart pga. NST skovarbejder i forbindelse med urørt skov. 1:7.500 og 1.10.000. 2,5m ækvidistance Kortet er trykt på vand- og rivefast papir.
Stævnets hjemmeside	https://oksyd.dk/arrangementer/2025/graensedysten.html Her findes indbydelse, startlister, instruktion, resultatlister og billeder.



Stævneplads	Borgmester Andersen vej/Søndre Landevej, 6400. 54.906305, 9.824416. https://maps.app.goo.gl/Q5Ui3q8YVvMncjmV6 Afmærkning fra krydset Borgmester Andersens vej / Augustenborg Landevej. 																												
Stævnekontor	Stævnekontor med beregning og resultatformidling ligger på stævnepladsen Åben fra 9.00.																												
Afstande	Parkering til Stævneplads max 100m. I tilfælde af meget regn flyttes parkering og forvent længere til start. Stævneplads til Start min. 700m. Følg blå/hvid snitzling. Mål på stævneplads.																												
Klasser og Baner	<table><tr><td>Bane 1</td><td>7,1 km svær</td><td>18 p</td><td>H17-20, H21, H35-44</td></tr><tr><td>Bane 2</td><td>5,9 km svær</td><td>17 p</td><td>D17-20, D21, D35-44, H45-54, H55-H64</td></tr><tr><td>Bane 3</td><td>4,8 km svær</td><td>12 p</td><td>D45-54, D55-64. H65-74,</td></tr><tr><td>Bane 4</td><td>2,8 km svær</td><td>8 p</td><td>D65-74, D75-, H75-84, H85-,</td></tr><tr><td>Bane 5</td><td>3,8 km mlm.svær</td><td>13 p</td><td>D13-16, H13-16,</td></tr><tr><td>Bane 6</td><td>3,2 km let</td><td>12 p</td><td>D12, H12,</td></tr><tr><td>Bane 7</td><td>3,0 km begynder</td><td>11 p</td><td>D10, H10,</td></tr></table> Bane 3, 4, 6 & 7 løber på kort i 1:7.500. Øvrige løber på kort i 1:10.000. Bane 6 Let har en snitzling mellem post 8 og post 9 for at markere stien.	Bane 1	7,1 km svær	18 p	H17-20, H21, H35-44	Bane 2	5,9 km svær	17 p	D17-20, D21, D35-44, H45-54, H55-H64	Bane 3	4,8 km svær	12 p	D45-54, D55-64. H65-74,	Bane 4	2,8 km svær	8 p	D65-74, D75-, H75-84, H85-,	Bane 5	3,8 km mlm.svær	13 p	D13-16, H13-16,	Bane 6	3,2 km let	12 p	D12, H12,	Bane 7	3,0 km begynder	11 p	D10, H10,
Bane 1	7,1 km svær	18 p	H17-20, H21, H35-44																										
Bane 2	5,9 km svær	17 p	D17-20, D21, D35-44, H45-54, H55-H64																										
Bane 3	4,8 km svær	12 p	D45-54, D55-64. H65-74,																										
Bane 4	2,8 km svær	8 p	D65-74, D75-, H75-84, H85-,																										
Bane 5	3,8 km mlm.svær	13 p	D13-16, H13-16,																										
Bane 6	3,2 km let	12 p	D12, H12,																										
Bane 7	3,0 km begynder	11 p	D10, H10,																										



Åbne baner	Der er fri tilmelding udenfor grænsedyst 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 mod et tillæg på kr. 20,-.
Landskamp pointsystem	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
Kontrolsystem	Der anvendes SI. Egen brik kan anvendes, når briknummeret angives ved tilmelding. Brikker kan lejes 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.
Start	Der er fri start for alle mellem kl. 10-12.00. Der er fire startbokse: Startboks 1: Løbere bliver tjekket af på startlisten med navn og briknummer (lejebrikker udleveres). 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. Startboks 3: Deltagere på bane 6 og 7 får kortet udleveret 2 minutter før starttidspunktet, må se kortet og kan få starthjælp. 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. Der er forskudt start og startposten er placeret ca 40 m fra sidste startboks. Startposten skal ikke stemples men passeres. Der transporteres ikke overtøj fra start til stævneplads. Efterladte genstande er på løberens eget ansvar.
Max. tid	2½ time. Løbere, der udgår skal melde sig i mål.
Resultatformidling	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=33498&lang=sv Resultater findes på stævnets hjemmeside snarest efter løbet.



Førstehjælp og beredskab	I Stævnekontoret forefindes førstehjælpskasse. 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: • Stævnekontor: John Bargmeyer tlf. +45 5171-8294
Eftertilmelding	Ingen eftertilmelding på grund af den sene tilmeldingsfrist. Åbne baner sælges på dagen i begrænset omfang.
Toilet	Der vil være toiletter på stævneplads. Bemærk ingen toiletter i start.
Kiosk	Kiosk på stævnepladsen med rimelige priser. Da det er Grænsedyst, er der traditionen tro et stykke kage og en kop kaffe/te til alle efter løbet – som præmie for indsatsen. Husk at medbringe egen kop!
Ordensregler	Ifølge DOF's reglement er tobaksrygning ikke tilladt på stævnepladsen eller i skoven.
Miljø	Af hensyn til miljøet opfordres i til at medbringe egen kop eller krus til brug på stævnepladsen.
Børnebaner	Tilbydes ikke.
Børnepasning	Tilbydes ikke.
Præmier	Præmier gives til den klub fra det vindende land med de højeste point og til de bedste ungdomsløbere.
Startlister	På stævnets hjemmeside senest onsdag d. 28. Maj kl. 21:00
O-track	Banerne kommer på O-track www.o-track.dk kl. 12:00.
Stævneleder	John Bargmeyer, OK Syd. Tlf. 5171-8294. Email: brombjerg49@gmail.com
Stævneorganisation	Banelægger: Hans Moos, OK Syd Stævnekontrollant: Michael Termansen, OK Syd Banekontrollant: Frede Jacobsen, OK Syd Dommer: Hanne Ljungberg, OK Syd

På gensyn i skoven! **OK SYD**